

# دستور زناشوئی ۱۸۱

تألیف

حسینعلی خان مصباحی

---

حق طبع محفوظ است

طهران - دیماه ۱۳۰۸

محل فروش:

کتابخانه سعادت و سایر کتابخانه های مهم

قیمت هر جلد چهار قران

چاپخانه فردین و برادر - طهران



کتابخانه فردین  
ردیف ۱۳۱۹  
۹۷

# دستور زناشوئی

تألیف

حسینعلی خان مصباحی

شماره ۳۰  
کتابخانه فردین  
ردیف ۱۳۱۹  
۹۷  
Akhtale  
Khamane

در عهد سلطنت

اعلیحضرت قدر قدرت قویشوکت رضا شاه پهلوی خلدالله ملکه و سلطانه

با اجازه وزارت جلیله معارف

طهران

آذر ماه ۱۳۰۸

چاپخانه فردین ویرا در - تهران



مولف - تولد طهران ۱۲۷۴

ما دنبالهٔ حیاتی هستیم که قبلاً بوده و منبع حیاتی میباشیم که بعداً ظاهر میشود  
افکار و گفتار و کردار ما دنیای آتی را تشکیل میدهد که در آن حیات جدید یافته با هم زندگی میکنیم

چنانچه سابقاً هم قید شده مقصود از طبع و نشر این کتاب خود ستائی و هزل گوئی نبوده و نظری جز تذکر بی ترتیبی هائیکه در امر ازدواج مشاهده میشود نیست و هرچند در این موضوع تألیفات دیگری نیز موجود است ولی از آنجائیکه مؤلفین و یا مترجمین آنها بطور کلی داخل در مباحث شده و مهایب امر زناشوئی ملت ما را بالاخصاص در نظر نگرفته اند و بالغات و عباراتی مغلق و دور از فهم عامه استعمال کرده اند لذا اینجانب احتیاجات را مد نظر قرار داده موضوع را عباراتی ساده که موافق فهم و ادراک طبقات مختلفه خصوصاً طبقه نسوان باشد برشته تحریر در آوردم امید است این ارمغان نا قابل منظور نظر مطالعه کنندگان واقع شده و مقصود نگارنده که پیدایش نسل خوب و سعادت مند است حاصل شود چه اولاد ما تجدید حیات ما هستند و ما بوسیله نسل خود داخل در زندگانی نو و تازه میشویم لذا گفتار و کردار ما عالمی را تشکیل میدهد که در آن ظاهر شده و بایکدیگر زندگانی میکنیم



## L7341 ☆ (بنام یزدان پاك) ☆

اوقاتیکه این جانب از طرف وزارت جلیله پست و تلگراف بمأموریت پست جدیدالتأسیس ایالت خوزستان و برای تحویل گرفتن دفاتر پستی آن صفحه برطبق قرارداد پستی مادرید از مأمورین دولت فخمیه انگلیس باعده از همقطاران کار آزموده خود منصوب و اعزام شده بودم چون در محل مأموریت خود یعنی محله غریب و از کسان خود دور بودم برای گذراندن ساعات بیکاری و تعطیل بهتر آن دادم که بتحریر اطلاعات و عقایدی که در موضوع های مختلفه پیدا کرده ام پرداخته و باین وسیله یادکاری از خود تهیه نموده و آنرا آثاری از خود قرار دهم

پس از مراجعت بطهران بعضی از دوستان صمیمی نگارشات مزبور را ملاحظه نموده و بدشمناد طبع و توزیع آنها را باین جانب فرمودند ولی در انجام نظریه آنان مردد بودم از آنرو که آثار قلم و فکر خود را قابل نشر و عرضه بجامعه نمیدیدم و بالاخره در سنه ۱۳۰۴ قسمتی را که راجع بازدواج بود باسم حسن ازدواج طبع نموده و در سنه ۱۳۰۶ بنشر قسمت دیگر که مشتمل بر بیست و پنج مقاله صحی علمی و تاریخی بود بنام طلیمعه نور پرداختم و در این ایام مشغول تهیه سومین کتاب خود برای طبع بودم که در این ضمن آقای میرزا احمد خان سعادت مدیر کتابخانه سعادت که سابقه زیادی در مطبوعات دارند مایل بتجدید طبع رساله اولی یعنی حسن ازدواج شدند و علیهذا مقتضی چنان دیدم که بعضی مطالب لازمه را ضمیمه و اصلاحات چندی در آن نموده و آنرا بمعنی و مضمون واقعی خود یعنی دستور زناشوئی مسمی نمایم

## لزوم ازدواج در نوع بشر

بقاء نسل حیوان منوط بمزاوجت و جفت گیری است و چون انسان هم در شمار حیوانات است مطیع اوامر طبیعت و مقید بانجام فعل ازدواج بوده و بر حسب میل طبیعی باین عمل قیام مینماید

از آنجائیکه برای ازدواج نوع انسان قواعد و ترتیباتی از طرف انبیاء و مقننینی وضع شده نمیشود این عمل چنانکه در حیوانات معمول است اجری گردد باین معنی که هر جنس نری بماده نصادف نمود بدو آویخته و عمل زوجیت را صورت دهد پس ناچار باختیار جفتی موافق قواعد و قوانین محیط است و از بدو تاریخ الی یومنا هذا اختیار جفت و تشکیل خانواده همواره در میان جامعه های بشری رعایت شده و اگر تغییراتی در آئینه رخ دهد فقط در وضع و مراسم آن خواهد بود

مرد نامتأهل نشده جزو جامعه محسوب نمیشود و زن نیز ناشوهری لاختیار ننموده داخل در زندگانی اجتماعی نگشته است

زیاد شدن احتیاجات و قیودات و کثرت توقعات زنان از شوهران جوانان را باین عزم داشته که حتی الامکان از تأهل اجتناب کنند و از طرفی زحمت شوهر داری و رنج زایش و پرورش طفل و بالاخره آزادی در زندگانی و حفظ وجاهت و زیبایی که بگانه آرزوی کلیه زنان جهان بخصوص زنان ممالک متمدنه است آنها را نیز بهمین فکر انداخته که از قبول شوهر خود داری نمایند.

این قبیل مردم بوسائل غیر طبیعی دفع شهوت از خود کرده و موادیکه در وجود برای پیدایش نسل تولید میشود ضایع و خراب مینمایند

## توالد و تناسل در نباتات و حیوانات

نباتات و حیوانات این عالم بر حسب خلقت و طبیعت خود مقید بتوالد و تناسل اند و برای بقاء نسل و سائلی موجود است که با آن توالد و تناسل صورت میگیرد. در انسان و حیوان بواسطه میلی که تربیجنس ماده دارد و همینطور بالعکس عمل ازدواج واقع میشود و در نباتات این فعل یا بوسیله پرندگان و حشرات انجام مییابد یعنی آنها در موقع پرش از درختی بدرخت دیگر با بالها و موهای ذره بینی بدن خود گردن را بر بیضه ماده رسانیده و یا بوسیله وزش باد گردن بر بیضه ماده واصل شده تولید تخم و دانه میشود و در بعضی نباتات کامل این عمل بوسیله انسان صورت میگیرد مانند درخت خرما که گردن را باید دستی به بیضه ماده آن رسانید پس نتیجه این میشود که مقصود طبیعت از مقاربت جنس زن با ماده بقای نسل حیوان و نبات است

در بعضی از حیوانات تمایل بچفت گیری فقط در موقع معینی از سال بروز میکند و مابقی سال را از این میل محرومند اما نوع انسان که از حیث خلقت کاملتر از سایر حیوانات است و بقوه فهم و دراکه خود قادر به تحصیل معاش و رزق است این تمایل را در مدت سال دارد و چون در هر مقاربتی نسلی تولید نمیشود این میل دائم برای آنست که بتصادف در مقاربت های متعدده حیوانات منویه مرد به بیضه زن تماس کرده و تشکیل جنین دهد و چون یکی از صفات وجود حی تولید مثل است لذا هر انسان و حیوان و نباتی که فاقد این صفت باشد ناقص و بحقیقت در شمار جمادات است



مملکتی باید تهیه کار برای افراد کرده و تأهل را اجباری و وضع مالیات بر مجردین مستطیع نمود و حقوق و امتیازی برای متأهلین قائل شد و آنهائیکه تأهل رسمی نموده اند و اولاد دارند از نظام اجباری معاف داشت یا خدمت آنها را طوری قرار داد که بکلی از عیال خود دور و مهجور نباشند زیرا دور کردن قطعی شوهر از زن نوجوانی کمک کردن به بی عفتی و عصمتی او است و نیز باید قانونی که مستخدمین دولت را الزام بتأهل نماید وضع شود و از حقوق آنهائیکه مواجب مکفی دارند در صورت امتناع از تأهل خمس کسر و ضبط خزانه دولت شود

بدیهی است تأهل برای طبقه که اتکاء بنفس و سعی و عمل ندارند متضمن ناراحتی خیال است ولی در هر صورت میبایستی این زحمت را بخود هموار نمود زیرا در زندگانی اجتماعی انسان وظائفی دارد که باید بآداء آن قیام کند منتهی زنان باید از توقعات بیجای خود کاسته و بمعاش مرزوق راضی بوده باشوهران خود باعطوفت و مهربانی رفتار نمایند

انکلیس ها میگویند احتیاج مادر اختراع است و چنانکه محسوس است تمام ترقیات نوع بشر و پیشرفت او در علوم و صنایع روی این زمینه بوده است . مردان مجرد بواسطه محدود بودن دایره احتیاجاتشان رفته رفته فاقد روح سعی و عمل شده و بیعلاقه بتأمین آئیه گردیده و بالنتیجه اشخاص مهممل و سهل انکار و متلاف و بی کفایت میشوند و پیری آنها با فقر و حزن توأم است زیرا لزوم تأمین معاش عیال و اولاد است که شخص را به تکاپو انداخته فکر ابداع و اختراع و ترقی در دماغ او تولید میکند و از اینرو کسانی که انجام امور مهم و وصول بمقاصد عالییه خود را با داشتن عیال منافی میدانند عقیده باطل داشته و راه خطا می بینایند زیرا قید

هر دو طبقه از نقطه نظر تحقیقات و تجارب مخرب زندگانی خود بوده و راه باطل می بینابند

مطابق احصائیه هائیکه از متوفیات شهرهای عالم بعمل آمده معلوم گردیده است اغلب آنهاائیکه جوان مرده اند از زنان و مردان مجرد بوده اند و سبب این است که مجردین بواسطه بی تربیتی زندگانی و بی اعتدائی بحوائج طبیعی باعث انحراف مزاج خود میشوند. مردان و زنان مجرد هیچگاه موفق بزندگی مبنی بر اصول صحی نمیشوند و چون نشاط انسان مربوط بامید و علاقه است غالباً اینان پزمرده و دل مرده اند چه محبت زن بشوهر و کوشش او در تهیه لوازم خانواده و مجاهدت مرد در تحصیل معاش و دیدار فرزند دلبنده ایجاد نشاطی میکند که مردان و زنان مجرد از آن بی نصیب اند و چون جلو خواهش طبیعت را نمیشود گرفت ناچار مردان مجرد یا باستمناء پرداخته صحت خود را خراب مینمایند و یا آنکه با فواحش معاشرت نموده گرفتار امراض مقاربتی میگردند و چه بسا که در مدت قلیلی چندین مرتبه بمقاربت پرداخته باعث کسالت و ضعف خود میشوند

خود داری از تأهل چندی است در دماغ جوانان طهران و سایر بلاد ایران رسوخ پیدا کرده و در نتیجه روز بروز بر فواحش و فساد اخلاق افزوده میشود و زمامداران امور نیز در صدد جلوگیری بر نیامده و فقط اصلاحی که بنظرشان رسیده است اخراج فواحش از شهر و بسا ممانعت از مکالمه مرادن با زنان در معابر عمومی بوده است. در محیطی که زنان مستور زیسته و از شرکت در کسب و کار محرومند فقط باین وسائل ممکن نیست جلوگیری از نشر فساد اخلاق در آن نمود در چنین

شمرده اند بیست و یکسالگی است زیرا در این سن نشو و نمای بدن تمام و قوا کامل میشود ولی بمقیده نگارنده مقتضیات آب و هوا و وضع زندگانی اشخاص و طبیعت آنها در این امر ذممدخل است یعنی در بلاد سرد سیر شهوت دیر تر از بلاد گرم و حار در ساکنین آن بروز میکند زیرا گرما تولید شهوت را تسریع میکند و سرما آنرا بتأخیر می اندازد و همچنین جوانانیکه وسایل معاش و راحتی آنها فراهم است زودتر از جوانانیکه برای تحصیل رزق بزمخت و تعب اند مایل بمقاربت و مزاجت میشوند و علیهذا میشود گفت حد اقل سنی که در آن ازدواج مقتضی است برای مردان نوزده و برای زنان شانزده و حداکثر آن در مردان سی و در زنان بیست و یک است

والدینی که دختران خود را برای شوهر دادن باشخاصی که منظورشان است در خانه نگاه میدارند و برای مهریه و سایر رسوم خواستگاران را رد مینمایند باولاد خود دشمنی میکنند چه دوشیزکان اگر بواسطه حجب و حیا اظهاری نکنند باطناً محزون میشوند و ممکن است باعث بی آروئی خانواده و فامیل خود شوند و اگر عقیقه و ملاحظه کار باشند غصه بی جفتی آنها را شکسته و از پا در میآورد و چون جوانی و شباب از غم بی زوجی زایل شد پس از آنکه بشوهر رسیده وزائیدند آثار کهولت در آنها نمودار میگردد همینطور جوانانی که قسمت ابتدائی عمر را صرف لهو و لعب مخرب صحت میکنند از زنان جوانی که بعد اختیار میکنند تمتعی حاصل نمینمایند چه قوای جوانی صرف اعمال بیهوده شده و از استحضاط از زن جوانی محروم میمانند و نتیجه این میشود که اولاد چندی از اینگونه مردم بدون تربیت باقی میماند زیرا در جوانی است که شخص میتواند

و مسئولیت فکر را تقویت و احساسات را بیدار میکنند

یکی از علل خودداری مردها از تأهل عصبانیت و ممانعتی است که  
نسوان در مقابل هوسرانیها و تفریحات مردها ابراز نموده و از اینرو آنها  
را از زن گرفتن گریزان میکنند و این علاقه بتنوع در اکثر مردها وجود  
دارد منتهی متأهلینی که پابند عفت و دیانت اند بتعدد زوجات میپردازند و  
برخی بمعاشرت با زنان عمومی و در واقع این یکی از مسائل غامضه است که در  
صورتیکه طبقه ذکور از بدو تاریخ الی امروز جفتی برای خود اختیار  
نموده و با او مدت عمر را بسر می برده چه شده است این حس تنوع خواهی در  
سرشت او تولید شده این تنوع خواهی برخی از ملل را باین عقیده  
برانگیخته که اساس مزاجت را روی اصول ارفاق و درستی قرار دهند  
ولی عیبی که این ترتیب دارد کسیخته شدن رشته خانواده و محبت و  
علاقه ایست که یکنفر زن و مرد در نتیجه نکاح و عقد و پیدایش اولاد  
نسبت بیکدیگر پیدا میکنند و بدیهی است در آن صورت باید وضع زندگی  
بشر تغییر کرده روی زمینه جدیدی گذارده شود. در هر صورت وظیفه نسوان  
است که در مقابل اعمال بوالهوسانه مردها صبر و متانت بخرج داده  
شکیمیائی بیشه نکنند زیرا منع و مجادله تولید حرص و ولع و نتیجه  
تفرقه و طلاق و یا ایجاد هوو میشود و برعکس اغماض زن مرد را متنبه  
ساخته نادم و پشیمان میکند بعلاوه همینقدر که جوانی رو بزوال گذارد  
هوسرانی هم زایل میشود

## سن مقتضی ازدواج

سنی که در آن علماء و اطباء ازدواج را برای مرد و زن مقتضی

فوت نماید و ثروتی نصیبش شود عمری به تلخی گذرانیده با عفریتی بسر میبرد و چه بسا که در این آرزو جان میدهد و از ثروت موهوم نصیبی نمیرد و اگر طرفین زنده مانند مرد جوان بیچاره با هیولائی دمخور و زندگانی بسختی میگذرانند. این گونه مردم در حقیقت بدبخت اند چه بخیالات واهی عمری بتلخی گذرانیده و غافل از آنند که زن شریک عمر و ایجاد کننده خوشبختی و یا بدبختی مرد است

از این دو قسمت شق ثانی در ایران بشدت معمول است. والدین دوشیزکان بخیال ثروت مندی اشخاص دختران خود را سیه روز کار نموده بمردان پیر و منحنی میدهند و نتیجه این میشود که این دختران بدبخت بتهدید پدر و مادر تن در داده ولی چون طبع منزجر از همخوابگی با چنین شوهری است کم کم بعفت و عصمت پشت پازده یا آنکه عمری بتلخی میگذرانند این است که با اطمینان کامل میشود گفت غالب ازدواج های ما ملت که صورت شرعی بآن میدهم حال زنا را دارد. قصد شارع مقدس از اجرای صیغه عقد و اظهار شفاهی زن در رد و یا قبول زوجیت جلوگیری از این خلاف ترتیب بوده است ولی افسوس که مایک دستوری را بدون درك، مقصود آن عمل کرده و اجرای روح احکام نبوی را خنثی میگذاریم. ملای ظاهربین در پس پرده برای استماع کله بلی از عروس حاضر میشود و والدین نفهم از بفحش و تهدید دختر خود را و ادار باظهار کله بلی نموده و چه بسا که دختر حاضر نشده یکی از طفیلی ها کله مزبور را گفته و آخوندهم مراسم شرعی را کامل یافته این چنین دختری با چشم گریان و دل بریان بحجله و باد حقیقت بقبرستان رفته میسوزد و میسازد و با حیثیت و شرافت خانوادگی خود را به بیعصمتی از بین میبرد

تربیت اولاد خود بپردازد و او را بطور صحیح بار آورد و طفلی که در پیری پیدا شود بواسطه نرسیدن والدین تربیت و تعلیم او ضایع و سربار جامعه میشود پس باید گفت که برای مردم باثروت تأهل در جوانی حتمی است و برای اشخاص بی بضاعت همینقدر که قادر بتحصیل عوایدی که کفاف گذران خانواده را بدهد لازم میگردد حقیقۀ شخص متأثر میشود وقتی مردانی را می بینند که سن آنها بچهل و پنجاه رسیده و بداشتن استطاعت و تمول برای آسودگی خیال و ادامه اعمال زشت و رذل خود از تأهل خود داری میکنند آیا تکلیف زنائیکه در جامعه در مقابل این مردان وجود دارند چیست پس ایشان را باید ناشرین فساد اخلاق و مخربین جامعه بشری خواند.

## ازدواج بی تناسب و مضار آن

مقصود از ازدواج بی تناسب زوجیت مرد جوان بازن پیر و بالعکس است

وصلت زن پیر با يك مرد جوان باین نحو صورت میگیرد که زن متموله مسنۀ را مرد جوانی برای دارائی و ثروتش نکاح مینماید و برای دلربائی و خشنودی او بی در پی بمقاربت پرداخته صحت خود را خراب میکند يك چنین زنی اگر شیفته و علاقه مند بشوهر خود باشد بدیهی است ثروت خود را باختیار او میگذارد و پس از چندی که این دارائی بمخارج بیهوده رسید نزاع بین آنها شروع شده و منجر بجدائی و طلاق میشود و اگر زنی محطاط و دور اندیش باشد ثروت خود را کاملاً ممارست نموده و بدست شوهر خود نمیدهد و آن مرد بیچاره بامید روزیکه شاید زن

بسی خواهرها که بواسطه وصلت اولادشان بجان هم میافتمند و بسیار برادرها که در نتیجه اینگونه وصلت ها در مقام ایذاء و تصدیع یکدیگر برمیآیند اینست که حتی الامکان از ازدواج بین اقارب میبایستی خودداری کرد خصوصاً اقوام رحمی مثل دختر خاله و دختر عمه و امثال آنها و برای پیدایش نسل خوب احسن ازدواج دختران دهاتی و اما کن کوهستانی است زیرا دارای مزاج سالم و اعضاء و جوارح قوی میباشند و از مرض تروزیته یا عصبانیت که غالب دوشیزکان شهری بآن گرفتارند مصون بوده و نتیجه زناشویی با آنها اطفال صحیح المزاج و باذکوات است چنانچه تاریخ هم بما میگوید که غالب رجال مشهور عالم از دختران کوهستانی و اما کن ییلاقی پیدا شده اند و اگر این عمل مرسوم می شد که مردان شهری دختران دهاتی را تزویج کنند و دهانیها دختران شهر را صد سال ترقیات ما جلو میافزاد و نسل تغییر کرده تغییر خون داده میشد و ایرانی از خودت و بدحالی کنونی بیرون میآمد و دو نتیجه مهم از این ترتیب حاصل میشد اول آنکه دختران دهاتی بواسطه همسری با مردان شهری تحت تربیت و تعلیم در میآمدند دوم آنکه دخترانی که بدهات میرفتند تربیت و تمدن را در دهات نشر میدادند و بالنتیجه قسمت مهم اهالی مملکت عملاً تربیت میشدند اما اشکال این جا است که دختران شهری اعمال و امور مربوطه بدهات را نمیتوانند انجام دهند و همسری با دهانی ها برای آنها مسعر است و مردان شهری با دختران بی تربیت دهاتی نمیتوانند بسر برند و اگر مدتی هر دو طبقه این زحمت را بخود هموار نمایند پس از چندی رفع اشکال شده و نتایج منظوره از آن حاصل میشود

## وصلت با اقارب و مضار آن

در اثر تجارب و امتحانات معلوم شده است که هرگاه کره اسب مادبان را روی کره دیگر همان مادبان بکشند نتیجه آن خوش جنس نخواهد گردید و برعکس اگر کره اسب يك جنس مادبان را روی کره جنس دیگر بکشند نمره آن مال قوی و راهوار خواهد بود همچنین اگر پیوند درختی را بدرخت دیگر زنند اثر آن شاخه های تنومند و میوه خوش طعم و گواراست. این اصل در نوع انسان کمال تأثیر را دارد. از موصلتهای بین اقارب و خویشان اولاد ضعیف البنیه خورد اندام پیدا میشود و مضار ازدواج بین اقوام مبرهن و آشکارا گردیده است و لذا مللیکه این امر در بین آنها معمول است عموماً بیستمی مانده اند

یکی از عادات خوب مسیحیان عدم موصلت با اقوام رحی است بالعکس کلیمی ها که خواهر زاده و برادر زاده خود را نیز تزویج میکنند و چون عده از آن ها در این مملکت و جزو ملت ایران محسوب می شوند میخواهم بآنها تذکر دهم که مضار اینگونه مزاحمتها امروزه ثابت شده بعلاوه آن میل و اشتیاقی که انسان در زنا شوئی با غریبه دارد با اقوام و اقارب ندارد کمتر دیده شده که شخصی بایکی از اقارب خود وصلت کرده و زندگانی آنها بآرامش و محبت گذشته باشد.

چه توقعات بیجا که اشخاص از اقوام خود در موصلت داشته در صورتیکه از غریبه ندارند و همان توقعات بیمورد ایجاد نزاع خانوادگی کرده و نفری که طبعاً بهم مربوط و بسته اند عذر و بدخواه یکدیگر میگردند



بچه کی میشود و نتیجه این گونه عروسی ها بیرشد ماندن اطفال و علیل-  
المزاج بودن آنها در مدت عمر است

## نکات قابل توجه در مزاجت

ایرانیها برای پیدایش نسل خوب از حیوانات بار کش کمال  
سمی و مواظبت را مبذول میدارند ولی در باره نسل خود بیعلاقه  
و بی توجه اند .

مللیکه باین موضوع اهمیت میگذازند دارای سیادت ورشدند و بر  
عکس جامعه هائیکه امر ازدواج را سهل و بی اهمیت می نگارند رو به  
انحطاط و پستی میروند

اصلاح طلبان از سستی و بحالی ملت مینالند و پیشنهاداتی برای  
رفع معایب و سوق اهالی بجاده ترقی منما بند اما هیچ يك بعلت واقعی  
این پستی و انحطاط پی نبرده و اصل را رها کرده بفرع پرداخته اند -  
اول باید فهمید که این عدم لیاقت برای تجدد و ترقی ناشی از کجا است و  
چه شده است ایرانی که یادگار های عظیم از خود در جهان باقی گذارده و  
دارای صنایع بدیع بوده امروز گذشته از اینکه مخترع يك آلت و اسباب  
کار نمیتواند بشود از بکار بردن مخترعات سایر ملل نیز محروم است بعقیده  
نگارنده عدم تربیت خانوادگی و تقلید بیجائی است که در امر ازدواج  
از ملل مهاجم نموده و باعادات مذمومه است که بما تحمیل شده  
و بهیچوجه نمیخواهیم بترك آنها مبادرت کنیم . اصول ازدواجات ما  
امروزه روی زمینه عادات و رسوم هزار سال قبل گذارده شده در صورتیکه  
تمدن و تجدد همینطور که در هر يك از مراحل زندگانی رفورم و تشکیلاتی

زعمای قوم مبرهن است که خون ایرانی امروزه محتاج باصلاح است و این ترمیم بعقیده این جانب باید بوسیله ملتی که دارای سیادت در جهان و صاحب شجاعت و فطانت است انجام گیرد ولی چون فعلاً موانع سیاسی و دیوانی در پیش است لذا مقتضی است پیشنهاد مذکوره در فوق عملی شده و مواصلت بین دهانی ها و شهری ها و طوایف و ایلات این مملکت معمول گردد و وظیفه حکومت است که این امر را تشویق و ترغیب کنند

## ازدواج قبل از وقت و مضار آن

یکی از عادات مذمومه که در این مملکت مرسوم است شوهردادن دختران نا بالغ است و نتیجه این گونه مزاجات ها بازماندن دوشیزکان از رشد و ترقی و خراب شدن اعضاء تناسلیه و کسالت دائمی آنها است این جانب شخصاً دختری را دیده ام که در سن نهسالگی بشوهری تنومند و قوی هیکل داده بودند و در صورتیکه در آن تاریخ هیجده سال از عمر او گذشته بود هیکل و قیافه طفلی را دارا و با چهره زرد و بدنی رنجور گرفتار کار خانه و شوهر داری بود . آیا از ملتی که افرادش این قبیل اشخاص باشند چه انتظار میتوان داشت . این قبیل عروسی ها در مرکز چندان معمول نیست ولی در دهات و قصبات بشدت مرسوم است و معمول نبودن آن هم در مرکز نه از این سبب باشد که مضار آن پی برده باشند بلکه بواسطه اینست که دختران بالغ بواسطه عدم رغبت مردم بتأهل در خانه مانده اند چه رسد بدوشیزکان نا بالغ . و نیز محبت مادران بسبب ازدواج پسران در صغر سن و گرفتاری آنها در دوره صباوت و

برای آنکه بمعاینه اطباء معلوم میشود

۴ - وجود علاقه بین طرفین است و برای این مقصود خوب است والدین دوشیزکان در عوض تقاضای مهریه های سنگین که بخیال خودشان جلوگیری از طلاق دخترانشان میکنند و درحقیقت بهیچوجه مؤثر نیست اجازه دهند مطابق قانون شرع داماد دختر را ملاقات کرده و در صورت وجود علاقه فیابین آنوقت مراسم ازدواج صورت گیرد

۵ - تقدم سن مرد بر زن است یعنی باید در موقع تأهل این نکته را در نظر گرفت که زنیکه اختیار میشود بیش ازدو ثلث سن مرد نداشته باشد و اظهار این عقیده بر علیه نسوان نیست زیرا زنان غالباً در سن پنجاه یائسه میشوند در صورتیکه رجال تا سن شصت و هفتاد نیز میتوانند ایقاعی و وظیفه زوجیت نمایند بعلاوه چون زنان زودتر پیر و شکسته میشوند بقول و بکتور هوگو يك زن چهل ساله با يك مرد پنجاه ساله توافق سنی دارد.

۶ - عدم ابتلاء طرفین بامراض مسریه مثل سل و تب لازم و سفلیس و سوزاك است و همینطور استعداد داشتن اعضاء تناسلیه زن برای حمل است و لذا باید قبل از عروسی طیبی طرفین را معاینه نموده تصدیق صحت آنها را بنماید و از طرفی قابله اعضاء زن را معاینه کرده و قابلیت او را برای حمل تصدیق کند

۷ - رشد کامل طرفین و صحت مشاعر و عقل آنهاست و لذا قبل از عروسی باید تحقیقات کاملی در اطراف قوای دماغی و فکری داماد و عروس از طرف اولیاء آنها بشود

۸ - عدم مستظهر بودن داماد بفسق و فجور و عدم اعتیاد او بافیون

را متضمن است در امر زناشوئی نیز تشکیلات و تغییراتی را ایجاد میکنند و این مقصود باید بدو طریق ذیل انجام گیرد: اول آشنا کردن مردم با اصول حفظ الصحة و قواعدی که لازمه پیدایش نسل خوب است بوسیله مجلات و نشر مقالات در جرائد دوم وضع قوانین برای ازدواجات و مجبور کردن مردم بر رعایت آنها

برای تشکیل ملت قابل حیات باید تشکیل خانواده‌های خوب داد و این مقصود حاصل نمیشود جز بوسیله اجرای قواعد و اصولیکه در نتیجه تجارب و امتحانات علمی برای پیدایش نسل خوب وضع شده لذا مردمانیکه علاقه مند بسعادت خود و اولاد خود هستند باید در موقع تأهل مراعات نکات ذیل را بنمایند:

۱ - کافی بودن عواید و حقوق مرد برای تأمین معاش عائله و لوازم صحت در حدود خود زیرا بیچیزی و تأهل جز بدبخت کردن خود و پیدایش اطفال رنجور و عللیل چیز دیگری نخواهد داشت

۲ - وجود توافق اخلاقی بین مرد و زن است و برای این مقصود بایستی در چند جلسه قبل از عقد ملاقات بین عروس و داماد صورت گیرد و در صورت وجود توافق اخلاقی نکاح واقع شود برای آنکه غالب تفرقه و طلاقها بواسطه تباین اخلاق است

۳ - مخالفت طبع است که بایستی حتماً بین مرد و زن وجود داشته باشد یعنی مرد عصبانی المزاج باید زن لطیفاتی و بلغمی ازدواج نماید برای آنکه دو عصبانی المزاج گذشته از آنکه نمیتوانند با هم بسر برند طفلی که از آنها پیدا میشود فوق العاده عصبانی و در نتیجه ترسو و کم رشد و خورد اندام خواهد بود و تشخیص طبایع هم کار آسانی است

خود فطانت و مهارت داشته مستعد ترقی و تعالی باشد

## وظائف حکومت در امر ازدواج

تا کنون حکومت ایران در امر ازدواج مداخله ننموده از آن سبب که آنرا امر مذهبی دانسته است در صورتیکه جهل و نادانی مردم و بی ترتیبیهاییکه امروزه در این باب مشاهده میشود دخالت حکومت را الزام میکند. فعلا واجب نیست که قانونی از طرف دولت برای جلوگیری از تعدد زوجات وضع شود زیرا در مملکتی که انتخاب زن بسته بیسند مادر و اقوام داماد است نمیتوان اشخاص را مجبور کرد با همان عیالی که مادران برای خود در حقیقت گرفته اند و بواسطه پیدا شدن اولاد و عاطفه تفریق و طلاق آنها هم اشکال دارد بسر برند و این منع باید پس از گذشتن اقلایست سال از رفع حجاب بعمل آید ولی بیستری بنحوی که در اروپا معمول است برای جامعه ایرانی مضر بوده و ما را دچار زحمت و مصیبت میکند و مقصود نگارنده از رفع حجاب همانست که شرع انور هم مباح کرده یعنی بوضعیکه زنان در حال نماز دارند و آنهم در صورتیکه آداب و اخلاق امروزی ما محفوظ ماند و راهی برای نفوذ اخلاق اروپایی و آزادی خنکی که در آن اقلیم بنسوان داده اند و باعث نارضایتی و اختلال امور خانوادگی آنها و کثرت بی عفتی و عصمتی را فراهم نموده است باز نشود.

قوانینی که فعلا وضع و اجرای آن توسط دولت ضرورت دارد در

مراتب ذیل است :

و الكل است زیرا شخص فاسق و فاجر و افيونی و الكلی مخرب خانواده خویش است

۹- عدم معروفیت داماد بارتکاب جنحه و جنایات و اعمال بدشرفانه از قبیل ملوط و مفعول بودن است و لذا باید در اطراف زندگانی و سوابق او تحقیقات دقیقه نمود زیرا اخلاق و عادات موروثی و قابل انتقال باولاد است و شخصیکه برضایت خود ملوط واقع شده بی شرف محسوب و چون حفظ ناموس خود ننموده بمراتب بجر است ناموس دیگران بیعلاقه است

۱۰- عدم معروفیت داماد بکراحت منظر و علائم بد در قیافه است مقصود از بدی قیافه زشتی نیست بلکه علائمی است که دلالت بر ارتکاب جنحه و جنایات میکند

امروزه درخواستکاری نظر مردم فقط بجهیز زن است و مراعات معايب ظاهريه و باطنيه او را نمیکند. مقصود این نیست که زن بایستی حتماً بی جهیز و فقیر باشد زیرا ثروت است که تأمین زندگانی خانواده را میکند و البته برای يك جوان بی بضاعت اصلح ازدواج دوشیزه و یازن متموله ایست ولی فقط و فقط این نکته را نباید در خواستکاری مطمح نظر قرار داد و سایر نکات مهمه را فراموش نمود زیرا غنا و فقر و عزت و ذلت هیچيك مستدام و پایدار نیست ولی قوای فکری و بدنی والدین و اخلاق و عادات آنها است که باولاد ارث رسیده و از او منفك نمیشود و لذا والدین دوشیزکان در عوض انتخاب داماد های باثروت خوب است در هوش و استعداد آنها دقیق شوند و فکر این کنند که داماد آنها از هر صنف و طبقه که هست در مقام خود دارای شخصیت بوده و در کار

برخوردار باشد

## وظایف زن در جامعه

عده از طرفداران نسوان سعی میکنند دلائلی برای تساوی آنها با رجال در قوای دماغی و فکری اقامه کنند و برخی از فمینیست‌ها بمبالغه پرداخته منکر محسوسات و بدیهیات نیز میشوند. این یکی از اصول مسلم است که قاطبه زنان صرف نظر از عده معدود از حیث قوای بدنی و دماغی پست‌تر از مردان بوده و چون دارای احساسات و عواطف رقیقه‌اند برای کارهاییکه متضمن حزم و متانت و ممارست و فکر عمیق است مناسب نبوده و اموری را باید عهده دار شوند که در خور استعداد و ساختمان مغز و بدن آنها است

بزرگترین و مقدس‌ترین وظیفه زن تولید نسل و پرورش و تربیت او موافق اصول صحی و علمی است و برای نیل باین مقصود باید دوشیزکان را بوظایف مادری آشنا نمود. اغلب دروس مدارس نسوان ما موافق احتیاجات کنونی جامعه نیست. نسوان هیچ احتیاجی ب تحصیل السنه خارجه و جبر و هندسه و فیزیک و شیمی ندارند زیرا قوای دماغی آنها باندازه نیست که بالاخره در یکی از این علوم متخصص شوند و بجای این دروس اگر صنایع بدی و فنون مستظرفه از قبیل عکاسی خیاطی نقاشی موسیقی قالی بافی ساعت سازی ماشین نویسی و امثال آن تعلیم داده شود ارجح است. حفظ الصحه جنسی و حفظ الصحه خانوادگی و علم تعلیم و تربیت و اخلاق و طبایخی و خانه داری و اقتصاد باید جزو پروگرام مدارس نسوان قرار داده شود و برای خاتمه دادن بدوره جهل و بیسوادی نسوان

۱- جلوگیری از ازدواجهای بی تناسب یعنی مزاجت مرد پیر با زن جوان و مرد جوان با زن پیر

۲- منع از تأهل اشخاصیکه دارای امراض مسریه مثل سل سینه و تب لازم و سفلیس و سوزاک اند و برای این مقصود باید حکومت تصدیق صحت دو نفری را که میخواهند وصلت کنند بنحواهد و بعد مزاجت آنها را اجازه دهد.

۳- منع از ازدواج قبل از وقت یعنی قبل از رسیدن بسن بلوغ

۴- جلوگیری از تأهل مجانین و آنهاییکه باختلال مشاعر معروف ولی جنون آنها باندازه نیست که در دارالمجانین نگاهداشته شوند

۵- جلوگیری از تأهل اشخاصیکه بوسائل بیشرافانه ارتزاق میکنند خصوصاً اشخاصیکه بملوط بودن معروف و مستظهردند

۶- منع از تأهل اشخاصیکه مرتکب جنحه و جنایات شده اند

۷- منع از تأهل اشخاصیکه بکراهت منظر معروف و انگشت نما هستند

۸- منع از تأهل معتادین بافیون و الکحل

از طرف دیگر بایستی دولت متخصصین در علوم و فنون عالی و ارباب صنایع بدیهه و آرتیدت ها و کاشفین و مخترعین و کلیه اشخاصیکه دارای استعداد و ذوق سرشارند و یا بوجاهت و حسن منظر معروفند بتوانند و تناسل و ادار کرده آنها را باین امر تشویق نماید زیرا استعداد بقانونت یسیکلتری موروثی است و لهذا نسل طبقات فوق را باید محفوظ از انقراض داشت تا همیشه ملت از این نهال های مثمر



عضو در اعضاء تناسلیه مرد خصیتین و آن عبارت از دو غده بزرگ است که در لفافه‌ها پیچیده شده. داخل این غده‌ها بوسیله پرده‌ها به حجره‌ها تقسیم شده و هر حجره پراز لوله‌های مو مانند است که مثل کلافه ابریشم درهم اند. در داخل این لوله‌ها نطفه تولید شده و پس از نمو کامل بوسیله مجرانی که آنرا مجرای ناقله منی می‌نامند بخزائن منی که دو انبار کوچک و در زیر مثانه واقعند رفته و از خزائن مذکور بوقت جماع بوسیله مجرانی دیگر به ابتداء مخرج بول رسیده و از آنجا بواسطه انقباض و انبساط عضلات بقوت دفع و خارج میشود

منی مرکب است از آب و آلبومین (سفیده تخم) و مقداری آهک و گوگرد و این مواد تشکیل مایعی را میدهد که در آن نطفه یا ذرات حیاتی زیست و شنا میکنند. نطفه ذرات بیرنگ و یک سلولی هستند که مثل کرم سری گرد و دمی باریک دارند و بوسیله حرکت آن دم خود را حرکت داده و مانند ماهی در منی شنا میکنند. هرگاه یک قطره منی زیر ذره بینی قرار داده شود هزاران از این ذرات حیاتی در آن مشاهده میشود.

در جوانی خصیتین خیلی فعال و منی زیاد تولید میکنند و چون خزائن منی گنجایش برای آن ندارد لذا بوسیله خواجهای احتلامی خارج میشود. منی جوان غلیظ و دارای نطفه بسیار است برعکس منی پیر که رقیق و ذرات حیاتی آن معدود است و منی برخی از مردان بهیچوجه دارای نطفه نیست و علت آن خرابی لوله‌های خصیتین است

قضیب یا آلت رجولیت که ناقل منی بدرون اعضاء تناسلیه زن است جسمی است اسفنج مانند دارای رگهای بسیار که از خون پر شده

و قاطبه اهالی مملکت باید الفبای ناقص و همه چیز نا درست عربی به لاتین تبدیل و مساعی لازمه در تسهیل کتابت و قرائت زبان بکار برده شود زیرا با الفبای حالیه ترقی ایرانی خیلی بطئی و کند خواهد بود

نسوان باید خود را مفید بحال رجال ساخته و در گردش چرخ زندگانی با آنها مساعدت و یاری نمایند. عدم تساری نسوان با رجال در استعداد و ممارست در کار دلالت بر این نمیکند که خود را پرازیت دانسته و از دست رنج مردان اعاشه و ارتزاق نمایند بلکه میتوانند بوسیله آموختن یکی از صنایع بدی معاش خود را تأمین نمایند. زنها باید خود را مطیع و مهربان نسبت بشوهران نشان داده و اظهار منیت و شخصیت ننمایند زیرا از بدیهیات است که دو نفر در يك خانه نمیتوانند در عین حال مطاع باشند و يك قسمت از تفرقه و طلاق ها بی اطاعتی زنان و خودسری آنها است.

عجابت و عصمت داری یکی از خصائص و خصال پسندیده ایرانیها است که بدان معروف اند و بزرگترین مفاخر زن حفظ ناموس است. خانمها باید بدانند که بی عفتی و بی عصمتی آنها حیثیات خانواده را بر باد داده و فامیلی را شر شکسته و فاقد شرافت میکنند و علیهذا نباید برای تفریحات آنی و موقتی خود را ننکین و دامن عفت خود را بکوث بیعصمتی لکه دار نمایند

## اعضاء تناسلیه مرد

اعضاء تناسلیه مرد بدو قسمت تقسیم میشود اول اعضائیکه تولید منی میکنند دوم اعضائیکه منی را نقل بجای مطلوب میدهند. مهمترین

زنان مخصوصاً در اما کن کرم بسیارند که معشوقه ها برای خود اختیار نموده و مانند مردان با آنها مقاربت میکنند و سوق دادن آنها بهالم انائیت بوسیله کوتاه کردن و قطع زیادی بظر صورت میگیرد

بین رحم و فرج مجرائی است بطول سه کرمه که یکسر آن بدنهانه فرج و سر دیگر آن بدنهانه رحم وصل است و این غلافی است که قضیب بهنکام جماع داخل آن میشود و دارای غده هائیدست که ماده لزجی از آنها تراوش کرده و دخول و خروج قضیب را تسهیل مینماید. این مجری نامش مهبل و دارای چین هائی است که در موقع ولادت از هم باز شده و معبر و سیعی برای خروج جنین تشکیل میدهند

رحم یا بیچه دان کیسه ایست واقع مابین امعاء و مثانه و در مواقع عادی کوچک و جمع است ولی با بزرگ شدن جنین منبسط و گنجایشش زیاد میشود و رحم مهمترین عضو از اعضاء تناسلیه زنان است و در صحت و سلامتی آنها از سن بلوغ الی سن بآس دخالت تام دارد. در طرف راست و چپ رحم دو تخم دان یا مبلض واقع شده که هر یک بتوسط مجرائی که نام آن نفیر است بر رحم مربوط میشود در تخم دانها بیضه تولید شده و پس از نمو و رشد کامل خود که بدست الی سی روز طول میکشد از تخم دان خارج شده و از راه نفیر بملایمت و تأانی بسوی رحم میروند در این وقت اگر مقاربتی واقع شود زنب حامله میگردد و اگر نشد بیضه با خون حیض از رحم دفع میشوند. تخم دانها هر یک بزرگی تخم کبوتری هستند و بیضه که در آنها تولید و نمو میکنند باندازه یکصدم خشخاش است. ملحق شدن نطفه را به بیضه بزبان علمی القاح مینامند و نتیجه آنرا ثمره القاح

برده هلالی شکل در اول مهبل دختران وجود دارد که آنرا پرده

و در آنحال نعوض کرده راست میایستد و بوسیله اعصاب این عضو است که مرد از مقاربت محظوظ و متأثر میشود - در وسط این آلت مجرانی است که ادرار و منی از آن خارج میگردد و بوقت جماع از سوراخهاییکه در قسمت علیای آن واقع اند ماده لزجی تراوش میکند که سطح درونی قضیب یا مخرج بول را صیقلی و لغزنده و باین طریق جریان و دفع منی را تسهیل و تسریع میکند . اگر قضیب خیلی کوتاه باشد مانع حمل است و اگر خیلی بلند باشد علت امراض رحمی میگردد

## اعضاء تناسلیه زن

اعضاء تناسلیه زن بدو قسمت تقسیم میشود اعضاء خارجی و اعضاء داخلی . اعضاء خارجی عبارت است از دو لب بزرگ فرج که شکل بان میدهد و دو لب کلی رنگ کوچک که در دو لب بزرگ مستور ولی در زنان ممالک گرم سیر و زنانیکه زیاد زائیده اند بیرون آمده و رنگش تیره و سیاه میشود . درد دختران جوان بواسطه تمایل خون باعضاء اناثیه لبهای کوچک فرج متورم شده و دلالت بر بروز احساسات شهوانیه در آنها میکند .

بالای دو لب فوق الذکر یعنی در محل اتصال آنها عضو گرد کوچک وجود دارد که بعضی عانه ملصق است . این عضو نامش بظر و حال قضیب مردان را داشته نعوض میکند و بوسیله آن زن احساس شهوت در خود کرده و تماس آلت رجولیت بآن او را محظوظ میگرداند . بعضی اوقات این عضو زیاده از حد بلند و طویل و شبیه بآلت رجولیت مردان میشود در این حال زنان حامله نشده و از نزدیکی مرد متأثر نمیشوند این قبیل

قضیب میشود در این حال طبع میل مفرطی بمقاربت پیدا میکند. سنی که بروز احساسات شهوانی در رجال میشود پانزده و شانزده است ولی اشخاصی که علیل و ضعیف اند و با زحمات بدنی و فکری آنها زیاد است دیرتر باین فکر می افتند و در این قبیل مردم در سن بیست و بیست و پنج شهوت بروز میکند. بطور عموم مردها در سن پانزده محنلم شده و رؤیت زنان اعصاب آنها را سست و مرتعش میکند. برای جلوگیری از این احساسات باید عضلات را بورزش واداشت و راههای دور و خسته کننده رفت و خیال را منصرف نمود زیرا مقاربت در این سن مضر و بدن را از نشو و نما باز میدارد.

در سن بیست و یکسالگی برای اشخاص شهوانی و قوی البنیة بی توجهی بخواش طبیعت مضر و ممکن است تولید جنون و سایر امراض نماید. برای بتأخیر انداختن بروز شهوت در جوانان باید صحبت های شهوت انگیز در حضور آنان نکرد و کتبی که مهیج شهوت باشد در دست رس آنها قرار نداد و از مضار دفع منی خاطر آنها را آگاه ساخت و کاملاً مواظب آنها بود که در خفا باستمناء نپردازند چه اگر معتاد باین عادت زشت مخرب صحت شدند جلوگیری و ترك آن بسی مشکل و در آن حال جز متأهل ساختن آنها چاره نخواهد بود. والدینی که بروز این عادت را در اولاد خود مشاهده کرده و از نقطه نظر اینکه او را گرفتار تأهل ننمایند بی اعتنائی بموضوع میکنند راه باطل پیموده و صحت و تندرستی اطفال خود را در معرض فنا قرار میدهند زیرا استمناء یا جلق تمام کننده قوا و منعی کننده استخوانها و ایجاد کننده پیری قبل از وقت است و در صورت امتداد و استمرار مجاری بیضتین را خراب کرده و شخص را مقطوع النسل

بکارت مینامند و این پرده ایست تا تمام و بی ثبات که از یکی از چین های مهبل خارج و در مقاربت اولیه پاره شده و خون از آن جاری میشود . در بعضی از دختران این پرده وجود ندارد و در بعضی باندازه فراخ است که دخول آلت رجولیت به مهبل آنان بدون جریان خون واقع میشود و علیهذا جریان خون را در شب زفاف نمیتوان دلیل بکریست دانست و آن طوریکه عوام تصور میکنند بکارت پرده کامل و تمامی نیست زیرا اگر چنین بود جریان خون حیض در دختران با کرم ممکن نبود و معقول هم بنظر نمی رسید که غلافی که طبیعت برای دخول آلت رجولیت ایجاد کرده است دهانه آنرا مسدود نماید

در ایران مجریان خون در شب زفاف خیلی اهمیت میدهند و فقدان آن باعث هیاهو و تفرقه و طلاق میشود و چه بسیار دختران که از حلیه بکارت در حقیقت عاری بوده و در شب زفاف مردان را فریفته و بکرمک هاماها و تدابیر آنها جریان خون از خود ظاهر ساخته اند و در مقابل دخترانی بوده اند که در حقیقت با کرم و بواسطه ضعف و کم خونی و با فراخ بودن دهانه پرده مزبور خونی از آنها مشاهده نشده مخصوصاً در دخترانیکه باستششاء بالید میپردازند این اتفاق بسیار افتاده ولی همیشه ازاله بکارت و یا مقاربت اولیه با وجع و درد توأم است و لذا تازه عروسان باید تا چند روز استراحت نموده و مهبل را با مطبوح کو گذار شستشو دهند و از نزدیکی با مرد احتراز جویند

## شهوة در رجال

پرشدن خزائن منی باعث تمایل خون باعضاء تناسلیه مرد و نهوض

نیز قبل از حیض و بعد از آن احساسات مزبور در آنها پیدا میشود ولی شهوت و میل آنها بمقاربت چندان قوی و شدید نیست ولی طولانی و بر دوام است و آنها وقتی از جماع محظوظ میشوند که عشق و علاقه بطرف داشته و او را بواسطه وجاهت و باعلت دیگری دوست داشته باشند. در مرد همینکه انزال منی شد دیگر رغبت بجماع باقی نمی ماند ولی زنان اینطور نیستند و ممکن است با زنی مدتی ملاعبه نمود و بفعل مقاربت دوام داد و او در درجه تمایل اولیه خود باقی و پایدار باشد و چنانچه عوام تصور میکنند زن دارای منی نیست و او فقط بوسیله بظر احساس شهوت در خود میکند و آب لزجی که در موقع مقاربت از او مشاهده میشود برای تسهیل دخول و خروج آلت رجولیت است منتهی جریان مایع مزبور در حال مقاربت و یا قبل از آن در موقع ملاعبه دلالت بر تمایل او بطرف و اشتیاق بجماع میکند و اینکه مردم میگویند شهوت زن نهدانك و آن مرد یکدانك است حرفی پوچ و بی اساس است زیرا در بیست مرتبه مقاربت شاید یکمرتبه زن در خود احساس تشنجات شهوانی کند مخصوصاً زنان فربه لمفاتيك و نسوانیکه دارای پوست سفید و موی زرد هستند بیعلاقه باین فعل اند و احساسات شهوانیه بندرت در آنها ظاهر میشود برعکس زنان عصبانی و سینه پهن و لاغر و سبزه که مایل بجماع بوده و بزودی بحالت اهتزاز و شهوت در می آیند. در حال حیوانات هم که دقیق میشویم می بینیم همیشه جنس نر ماده را تعقیب میکند و بدنبال او میرود و چون تمایل جنس اناث بجماع قوی نیست لذا در صورتیکه مواظب حال دوشیزکان شوند و از معاشرت آنها بازمان طرار و فاسد الاخلاق جلوگیری نمایند عقیف و باتقوا میمانند و چیزیکه بیشتر باعث خرابی دوشیزکانست مطالعه و مانهای

میکنند و علت ابتلاء و افراط در آن گوشه نشینی یعنی ورزش نمودن جوانها است که در نتیجه خون متوجه اعضاء تناسلیه شده و آنها را باستمنا یا تعقیب زنان بر میانگیزد و اگر جوانان و دوشیزکان ورزش نمایند دارای سرشاری و شوق بکار شده قوای جوانی که بنهیج مذکور بهدر میرود صرف خدمات ملیه و نوعیه میگردد لذا اولیاء اطفال باید اولاد خود را عادت بورزش دهند و در مدارس جزو پرگرام قرار داده و میدان های بازی برای فوت بال و بیس بال و اسپرت های دیگر تهیه گردد.

تولید منی در هر شخص و در هر سن مساوی نیست مردمان دهات بواسطه زحمت بدنی که در تحصیل معاش و امر فلاحه و زراعت دارند کمتر بفکر شهوت می افتند برعکس شهری ها و مخصوصاً بیکاران آنها زیاد مایل بجماع میباشند. مردان عصبانی و لاغر و دارندگان چشمان درشت براق و لب های کلفت و ابروان پیوسته شهوانی المزاج میشوند. متمولین بواسطه عدم حرکت و ورزش فربه و کم شهوت و کم اولادند برعکس طبقه کارگر و کاسب حریص بجماع و پر اولاد میگردند. مردمانیکه گرفتار فقر و مسکنت بوده و یا بزحمت فکری و بدنی تحصیل معاش میکنند و اشخاصیکه بامراض مثل سل و فقر الدم و مالاریای مزمن گرفتارند کم شهوت میشوند

## شهوت در نسوان

اولین بیضه که نمو کامل کرده از تخمدان بطرف رحم رهسپار می شود باعث حیاض شدن و بروز تشنجات شهوانی در دختران میشود و بعدها



## نکات قابل توجه در مقاربت

محل مجامعت باید از حیث هوا معتدل و امن و خالی از اغیار باشد و طرفین در حرکات و مذاکرات خود آزاد باشند بیم و هراسی در کار نباشد. در حال تشویش و اضطراب و فکر و اندوه و بیم و هراس نباید نزدیکی کرد همچنین در موقع خستگی بدن و مغز و در حالت مستی و بیهوشی جماع گذشته از اینکه بحال طرفین مضر است طفلی که پیدا شود عللیل المزاج و کودن خواهد بود. در موقع غروب آفتاب و کسوف و خسوف و رعد و برق احتراز از مجامعت اولی است. بعد از ناخوشی و کسالت طبیعت مایل بمقاربت میشود ولی این خواهش کاذبه است. بلافاصله بعد از خوردن غذا و شستشو و ورزش و کلیه اعمالیکه خستگی بدنی و دماغی ایجاد نموده نباید بجماع پرداخت

پس از ختم مجالس عیش و نوش و یا عزا و سوگواری و محافل علمی و سیاسی و تیاتر و سینما مجامعت خطای محض است زیرا هر کدام تأثیراتی در مغز و افکار انسان نموده که برای طرفین و مولود ضرر جسمی و عقلی دارد اغلب مشاهده شده است که از والدین قوی و تندرسرست اولاد ضعیف و ابله و ناقص- الخلقه پیدا شده و علت آن بی توجهی بیکی از اصول مندرجه فوق است بهترین موقع برای مقاربت صبح است چه بدن و مغز رفع خستگی خود را بواسطه راحتی و خواب شب نموده و تمام حواس جمع و آماده است منتهی کاملاً اعصاب باید بیدار بوده و طرفین خواب آلود نباشند و نیز باید در نظر داشت که مجامعت اگر پی در پی واقع شود شخص را آماده برای ابتلاء بامراض ساخته و ایجاد پیری قبل از وقت میکند و از چار طبیعی

عشقی و کتب شهوت انگیز است و اتفاقاً علاقه مخصوصی هم نسوان بقرائت کتب رمان دارند و خانمهای باسواد اگر کتابی هم بخوانند رمان خواهد بود و آنرا جزو تجدد میدانند و غافل از آنند که اروپائی اگر رمان میخواند و مینویسد از آنطرف هم مدارج علم و صنعت را پیموده و قرائت رمان را بساعات تفریح و بیکاری محول میکند و مثل ما در درجه ابتدائی معارف و تمدن نیستند لذا اشخاصیکه اوقات گرانبها را صرف ترجمه رمان میکنند بهتر است بترجمه کتب علمی اروپا پرداخته و از اینراه خدمتی بمعارف مملکت خود نمایند

## منبهات و مخدرات

مکيفات و مخدرات از هر قبیل و مشروبات بارده و ورزشهای خسته کننده و رفتن راه زیاد تولید منی را تقلیل میدهد. برخی کمان میکنند مشروبات الکلی بر شهوت میافزاید در صورتیکه قوی ترین چیزها جهت دفع شهوت است همینطور افیون و دخانیات و مهیجات از قبیل قهوه و چای قاطع الشهوه اند. الکل در ابتداء تهییج میکند ولی استمرار در شرب آن شخص را کم شهوت و بالاخره غنیمت مینماید. بی خوابی و شب نشینی و کتابت و قرائت و فکر زیاد و منحصر کردن غذا بنباتات و یا گوشت حیوانات و نوشیدن آب غوره و آب نارنج و آب لیمو و سرکه و سایر مشروبات ترش و خوردن کاهو و خیار و هندوانه شهوت را نقصان میدهد. غذاهای مقوی باده عبارتند از کباب و گوشت ماهی و خرچنگ دریائی و کله پاچه و تخم مرغ و شیر و کلیه خوراکیهای فوسفر و ازوت دارد و ادویه حاره از قبیل زعفران، دارچین، زنجبیل و فلفل

میرسد ولی آنکسانیکه واقف باسرار حیات اند تصدیق میکنند که مکان مجامعت و طرز آن و حالات زوجین و ترتیب دفع و جذب منی در چگونگی حالات و ساختمان مولود مدخلیت تام دارد و بدیهی است این کتاب برای مطالعه اطفال و دوشیزگان نابالغ نیست بلکه برای جوانان و دختران است که بمرحله زناشویی رسیده و یا متأهل شده اند و اگر بدست اطفال افتد ایرادی بر مؤلف وارد نیست زیرا در ممالك متمدنه از این قبیل کتب برای تنبیه و آگاهی مردم زیاد طبع و نشر میشود منتهی کتابخانه ها باطفال نفروخته و والدین هم در دسترس آنها قرار نمیدهند

## زناشویی و توالد در دوره تاهل

برای رجال شهوانی از سن بیست و یک الی سی هفته سه مرتبه تعیین مقاربت شده و از سن سی الی چهل هفته دو مرتبه و از چهل الی پنجاه هفته یک مرتبه و از پنجاه الی شصت پانزده و یا ماهی یک مرتبه . در سن شصت و هفتاد نیز احساس شهوت در مرد میشود ولی اولی ترك آنست چه این خواهش موافق صحت و سلامت بدن نیست و دیده شده اند اشخاصیکه در این سن بمقاربت پرداخته و پس از وقوع انزال فوت کرده اند و از چیزهاییکه در مدت تأهل باید مراعات نمود مرتب بودن اوقات مقاربت است بدیهی است ناخوشی و کسالت وقفه باین امر وارد میکند و تمازاج صحیح و قوت اولی را تحصیل ننموده نباید بآن پرداخت .

برای پیدا کردن اولاد قوی البنیة و صحیح المزاج بهترین مرحله در دوره زندگانی سن ۲۵ الی ۳۵ است زیرا در این دوره اعضاء تناسلیه کامل و بدن در منتهای قوت و صحت خود میباشد و خاصیت منی در مرد و قابلیت القاح در زن در درجه کمال است . اولادیکه در اول جوانی یعنی

در طرفین از یکدیگر تولید میشود همچنین در قیام کردن بوظیفه زوجیت نیز تولید عنن و یأس زوجه کنند و باید در نظر داشت که بین هر مقاربتی اقلا يك شب فاصله داده شود

مرد همینکه کاملاً طبیعت را مایل بمقاربت دید بدون آنکه خود باعث بیداری شهوت شود باید با گشاده روئی و ملاحظه با زوجه خود تردیکی کند و در صورتیکه مشار الیها گرفتار هم و غمی باشد ابتداء برطرف کردن آن واجب است و در صورتیکه موفق بمسرور کردن او نشد باید انجام مقصود را بوقت دیگر گذارد و برزن حتمی است که در صورتیکه تقاضای مرد را بیمورد نه بیند خواهش او را استقبال نموده و با شوق و تمایل آنرا خاتمه دهد زیرا اظهار بی میلی زن در اینمورد اعصاب و دماغ مرد را خسته کرده تولید انزجار و تنفر در او میکند و برای آنکه زن از جماع متأثر و متنبه شود و حرکات او تولید اهتزاز در مرد نماید ممکن است عطر دارچین یا کل سرخ که بایست مقابل روغن بادام مخلوط شده باشد ببطور و یا قضیب مالیده شود

جماع طبیعی آنست که مرد در رو واقع شود. جماع بحالت ایستاده خطرناک و ممکن است تولید رعشه در پا و در بدن کند همچنین واقع شدن مرد در زیر وزن در رو را کید آغدغن شده است زیرا مخالف سیر و جریان منی است و نیز جماع در حالت نشسته بدهانه رحم صدمه میزند و لازم است که برای همیشه و خصوصاً بوقت مقاربت زن در لباس یا کیزه و معطر بوده و مراعات نظافت را از هر حیث بنماید و همینطور بر عهده زوج است که مراعات نکات فوق را نموده خود را مطبوع و پسند عیال خود کند و هر چند اظهار این مطالب بنظر برخی خارج از نزاکت و عفته

هر خانواده از آنها هم از حیث استعداد و اخلاق چندان فرقی بایکدیگر ندارند ولی اخلاق و عقاید شخص مطالع و مترقی دستخوش انقلاب و تغییر است و از اینرو اطفال او هم از حیث استعداد و اخلاق بایکدیگر اختلاف دارند و هر يك باندازه فکر و لیاقت خود ترقی مینمایند و چون بحال طفلی دقیق شویم میتوانیم پی بچگونگی فکر و اخلاق والدین او در دوره که او را تولید نموده اند ببریم و از اینرو میتوان گفت که زحمات شخص در تحصیل علوم و فنون باموت و مرگ از بین نرفته و نتیجه آن که قابلیت و استعداد برای آن علم و فن باشد بالوراثه باولاد منتقل میشود منتهی اگر آن استعداد تعقیب و تربیت نشود بمرور زمان منحل شده از بین می رود.

## خوب صورتی اولاد

نوع بشر از دوره توحش خود همانطوریکه از اجسام و هیاکل مهیب و بدشکل هراسان و گریزان بوده باشیاء ظریف و مناظر زیبای طبیعت انس و الفت یافته و چون تمام حواس او در نتیجه نشو و ارتقاء تربیت شده حس تنفر از زشتی و کثافت و عاطفه و اشتیاق زیبایی و نظافت در او پرورش و نمو کرده و از اینرو همیشه طالب همسری خوش سیما و همدمی دلرباست . و جاهت و حسن صورت سرمایه ایست طبیعی و شمشیر برنده ایست در زندگانی ولذا هر خانواده حساسی باید آنرا برای نسل و اولاد خود باتمام قوا طالب و خواهان باشد .

هر چند که قاعدتاً مولود شبیه بوالدین و مخصوصاً باجداد خود میشود ولی در عین حال ممکن است وجیه و خوش سیما گردد چنانکه

از سن بلوغ الی سن ۲۰ پیدا شود خورد اندام و ضعیف البنیه و عموماً تلف میشوند همینطور اطفالیکه از زوجین پیر دنیا آیند غالباً آنات و پیر صورت و بد شکل و علیل المزاج و مستعد ابتلاء با امراض اند و زود میر میگردند و لذا کسانی که مایل ببقاء نسل خود هستند باید در دوره مذکوره فوق تحصیل اولاد کرده و در دوره قبل و بعد آن بوسیله ادویه مخصوصه و تدابیر معموله از پیدایش آن جلوگیری نمایند .

اساس نشو و نما ی حیوانات در این عالم بر زمینه حیات افضل والیق قرار دارد یعنی هر جاننداری که توانست مناسبات درونی را با وضعیات خارجی با محیط خود وفق دهد قادر بر زیست بوده والا هلاک و نابود میشود و چنانچه تاریخ طبیعی بما میگوید حیواناتی در این عالم دراز مننه سالفه وجود داشته اند که در اثر قادر نبودن بادامه حیات معدوم و طبیعت ضعیف کش و قوی پرور اثری هم از آنها باقی نگذاشته است و امروزه هم مشاهده میکنیم حیوانات و بعضی از طوایف نوع بشر که قابل تنازع بقاء نیستند دارند از بین میروند و منقرض میشوند لذا هر ملتی که مایل بر زیست و زندگانی است باید نسل خود را طوری تولید و پرورش دهد که برای تراحم بقاء مجهز و آماده باشد و چون ملت مرکب از افراد است هر فردی موظف است مساعی و تدابیر لازمه را در این باب بکار برده و نسل را از مرک و هلاکت مصون و محفوظ بدارد .

بسا میشود اطفالیکه از يك صلب و يك رحم پیدا میشوند از حیث لیاقت و اخلاق و ترکیب متفاوتند و این در اثر تغییراتی است که در زندگانی والدین آنها بروز میکند . زندگانی عده زیادی از مردم خصوصاً صحرا نشینان و اشخاص بیسواد غالباً بیک نهج میگذرد و اطفال

و بدن و لباسش را یا کیزه و نظیف نگاه دارد و در صورت امکان روزی يك مرتبه استحمام در آب نیم گرم بنماید و صحت مزاج خود را کاملاً رعایت کرده حزن و اندوه بخود راه ندهد و غذاهای مقوی تناول نماید و مخصوصاً از میوه های نارس و خوراکیهای دیر هضم و شب مانده و کلیه ما کولاتیکه باعث نفخ شکم و سنگینی معده و علت اختلال مزاج و بیوست و بی ترتیبی عمل هضم می شود اجتناب کند، در موقع وضع حمل هم پا کیزه بودن محل و مزین بودن آن در خوب صورتی طفل ذی مدخل است و مخصوصاً قابله و پیش نشین باید وجیه و خوشگل باشند. پس از وضع حمل در دوره رضاع هم باید مراعات این نکات را نمود و در تغذیه طفل دقت کامل کرد در دوره صباوت نیز توجه تامی بحفظ الصحه و نظافت بدن و لباس داشت زیرا غالباً موالید خوش صورت بدنیا می آیند و بعد بواسطه عدم مراعات نکات فوق تغییر صورت و هیكل داده بدتر کیب و زشت میشوند و این بزرگترین قصور است که از طرف والدین نسبت باولاد میشود زیرا اگر مرد باشد هر وقت که بواسطه زشتی خود مورد تنفر زنان مطبوع و مطلوب واقع شود مهموم و از زندگی بیزار میگردد و اگر زن باشد بواسطه طرف توجه نبودن مادام العمر محزون و به طبیعت و والدین خود بدبین خواهد بود و متأسفانه عقیده باطلی هم در دماغ طبقه عوام راجع بعدم لزوم و جاهت و زیبائی برای پسران رسوخ پیدا کرده مثل آنکه زن محکوم بمحنت و نکبت است و باید با وجودی مکروه و هیكلی منفور دمساز و دمخور باشد.

## جنسیت ثمره القاح

در دوره توحش نسل انسان غالباً ذکور میشده و چنانکه تاریخ

اطفالی دیده میشوند که از والدین زشت بعمل آمده و در نهایت و جاهت اند و برعکس از والدین خوب صورت اطفال کربه المنظر پیدا شده اند و این خود دلیلی است که عوامل دیگری غیر از وراثت در کار است که جنین را خوشگل و یا بدگل میکند.

آنچه بتجربه رسیده در زیبایی نمره القاح اولاً مکان مجامعت دخالت دارد چه دیده شده است اطفالیکه نطفه آنها در اماکن مطبوع و باصفا بسته شده عموماً خوشگل و وجیه و برعکس اطفالی که از نتیجه مقاربت در نقاط کثیف و بد منظره پیدا شده اند کربه المنظر و بدقیافه گردیده اند جماع در باغ باصفا و یا کنار باغچه که مزین بگل‌های الوان معطر باشد مطبوع و در زیبایی مولود مؤثر است و در صورتیکه ناگرب از انجام آن در اطاقی باشند باید دیوارهای آن مزین بتصاویر زنان ماهرو و کارتهای الوان باقالیچه های خوش رنگ و پارچه های جالب نظر شده باشد. جماع در اماکن ترسناک و مخوف گذشته از اینکه تولید افسردگی در اعصاب و دماغ میکند طفلی هم اگر پیدا شود بدشکل و بدقیافه خواهد بود و از اینرو میتوان گفت دهقان زاده های پربروی نتیجه جماع در بساتین و مناظر مطبوعند و برعکس آنها نمره مقاربت در اطاقهای گل اندود کثیف. گذشته از مکان جماع معاشرت زن و منظره او در دوره حمل دخالت دارد چه اگر منظره و معاشرین مطبوع و دلکش باشد نمره القاح زیبا و خوش صورت میشود و اگر غیر مطبوع و زشت بود کربه المنظر و بد صورت میگردد و لذا در موقع حمل زن میبایستی از معاشرت و مؤانست اشخاص کربه المنظر و بدقیافه احتراز کند و در مقابل تصاویر و مجسمه های مهیب نشیند و اوقات خود را در جاهای باصفا و بانزhet صرف نماید



پنج الی چهل ساله اولاد ذکور است .

۵ - زنیکه در ابتداء چاق و سمین بوده و در آنحال دختر میزائیده  
اگر لاغر شود پسر خواهد زائید .

۶ - زنان مستور و خجول و علاقمند بزینت و آرایش چون جنبه  
اناثیتشان غلبه دارد اکثر اولادشان دختر میشود .

۷ - زنان چاق و لمفاتیک و راحت طلب عموماً دختر میزایند .

۸ - زنیکه در ابتداء لاغر بوده و پسر میزائیده اگر چاق شود  
آنوقت دختر خواهد زائید .

۹ - زنان بی بنیه و عللیل المزاج و کم خون دختر میزایند .

۱۰ - از ازدواج مرد هیجده ساله الی ۲۴ ساله بازن یا نژده  
الی بیست بیشتر دختر حاصل خواهد شد یعنی اولاد زوجین جوان  
و کم سن و همینطور اطفال زوجین پیر و سالخورده بواسطه قلت و نقصان  
ماده ازوتیه بدن آنها عموماً اناث میشود و بالاخره میتوان گفت که  
ذکور شدن اولاد منوط بصحت و قوت مزاج طرفین و زندگانی در هوای  
آزاد و سکونت در منازل خشك و نظیف و خوردن غذاهای مقوی  
سریع الهضم و عدم استعمال مکيفات و مهيجات است و از اینرو است  
که غالباً دهاتیها اولادشان پسر میشود و اگر امروزه در بعضی از  
قصبات دختر زیاد تر بدیدا میآید علتش فقر و مسکنت و نداشتن غذا و بدل  
مایه تحلل صحیح است و وقتیکه جنسیت را منوط بمقدار ازوت دانیم  
آنگاه میتوانیم بوسیله خوراکهای ازوت دار و تغیر آب و هوا و زندگانی  
زنی را که دختر زاست پسر را کنیم و لذا خانمهاییکه مایل بداشتن اولاد  
ذکورند بایستی خوراک خود را منحصر بکیاب و تخم مرغ و آب گوشت

حکایت میکند جامعه‌های بشری از حیث کمی و قلت جنس اناث در مضیقه و تهاجم بعضی از ملل ببعضی دیگر برای بدست آوردن زنان و دختران بوده و امروزه هم در ایالات و صحرا نشینان جنس اناث در اقلیت است برعکس ملل متمدنه و مخصوصاً شهر نشینان که عده نسوان بر رجال فزونی دارد و غالب اولاد آنها دختر میشود و سبب آنست که صحرا نشینان و دهاتی‌ها زندگی طبیعی نموده و از عواملی که منتج بضعف و علت مزاج میشود دور و بر حذرند برخلاف اکثر شهر نشینان که بواسطه افراط در عیش و نوش و شرب مسکرات و استعمال مکيفات و عدم ورزش غالباً اولادشان اناث میشود.

اساساً باید دانست که عقاید متقدمین راجع بجنسیت یعنی پسر شدن و یاد دختر شدن نمره القاح امروزه مردود و چنانچه بتحقیق رسیده کثرت و غلبه داشتن ازوت که ماده حیات است بسایر مواد تشکیل دهنده بیضه نتیجه القاح را پسر و قلت آن دختر میکند و چنانکه ثابت شده جنسیت نه در بیضه زن است و نه در نطفه مرد است و چون ذکوریت را روی کثرت ازوت در بیضه و انانیت را روی قلت آن قرار دهیم آنوقت بنتابج ذیل بر میخوریم.

- ۱ - زنیکه شبیه بمرد است و میخواهد کارهای مردانه را انجام دهد و در حرکات خود جرئت و جسارت نشان میدهد پسر میزاید.
- ۲ - زنان سفر اوی و عصبانی و زنان لاغر و سبزه و سینه پهن پسر میزایند.

- ۳ - زنیکه غالباً پسر میزائیده دختر او هم پسرزا میشود.
- ۴ - نتیجه مزاجت زن بیست و یکساله الی سی ساله بامرد بیست و

ذکوریت دارد و جنین ذکور میشود ولی بواسطه تغییر زندگانی و بی اعتدالیهای ماهیت خون تغییر کرده و فاقد عنصر ازوت میگردد در آنحال هر چند مولود ذکور است ولی جنبه انائیت دارد. این قبیل مردان مایل بانجام کارهای زنانه و از حیث اخلاق و ساختمان بدن شبیه بآن جنس میباشند و برعکس بسیار میشود که بیضه در موقع تماس بانطفه مردقابل تولید اناث است و ثمره القاح دختر میشود ولی بواسطه علی ازوت خون زیاد میشود و در آنحال اگرچه مولود دختر است ولی جنبه مردی دارد و این قبیل زنان شبیه بمردان بوده مایل بانجام کارهای مردانه و جسور و بی باک و حراف میشوند و در صورتیکه بحال افراد جامعه دقیق شویم عده زیادی از نسوان را دارای جنبه ذکوریت و عده زیادی از مردان را دارای هیکل و جنبه انائیت می یابیم.

## عنن مردان و عقم زنان

در ازمنه سالفه باغچه طبیعت محل زبادی برای تکثیر نوع بشر داشته و از اینرو مردان عنین و زنان عقیم بندرت در جامعه ها یافت میشود و میل مفراطی در مردم بتأهل و تناسل موجود بود ولی امروزه جای زبادی برای تکوین و تولید باقی نمانده و چون در نتیجه سختی امرار معاش مردم بی میل بتوالد و تناسل اند طبیعت هم مردان عنین و زنان عقیم را زیاد کرده است. عنن یعنی قادر نبودن مرد با بقاء وظیفه زوجیت و این مرض در برخی طبیعی و دائمی و برای عده عارضی و موقتی است. عنن دائمی آنست که مرد در دوره حیات خود اصلا قادر بمقاربت با زن نشود اینگونه عنن یادراثر نبودن قضیب یا خصیتین با عدم خزائن منی یا وجود

تنك آب كرده و روزها را ورزش نمایند و در شش ماه گرم سال در صورت امکان بيك مكان ييلاقى و كوهستانی رفته و بگردش و تفرج در باغات و صحارى پرداخته اعمال زنان دهاتی را انجام دهند و پس از مدتی زندگانی باين منوال اگر مقاربتی با آنها شود پس پسر شدن اولاد آنها احتمال قوی میبرد و بر عكس زنانيكه مایل بداشتن دخترند باید بما كولات نباتی از قبیل شیر و سرشیر و اسفناج و مربا آلات و میوه جات غذای خود را منحصر نموده و روزی يك مرتبه در آب نیم گرم استحمام كرده خواب و استراحت زیاد نمایند و ورزش و حركت كمتر نمایند ولی تصور نمیرود در این دوره کسی باشد كه آرزوی اولاد اناث كنند مگر آنكه از رنج و محنت این جنس لطیف بی خبر باشد.

ممکن است خواننده این سطور بگوید كه زنان شرقی بدبخت اند و زنان اروپا در مهد آسایش و رفاه اند ولی اگر دقت كنند می بینند آنها اگر چه از حیث آزادی و احترامی كه در نزد شوهران خود و جامعه دارند از زنان شرقی با سعادت ترند ولی با این حال مسلوب از وظائف طبیعی از قبیل زائیدن و پرورش و تربیت اولاد كه متضمن رنج و محنت بسیار است نمیباشند. كثرت نسوان جامعه های متمدن و شهر نشین دنیا را تهدید میكنند و چون زیادتر از رجال تولید میشوند و تلفاتی بوسیله جنك و عهده دار شدن كارهای خطیر نمیدهند بیم آن میرود كه پس از چندی قسمت مهم جمعیت دنیا را زنان تشكيل دهند و مردها در اقلیت كوچكى واقع شوند و لذا هر فردی باید برای برهم زدن تعادل در پیدایش اولاد ذكور سعی و از تولید اناث جلوگیری نماید بعضی اوقات بیضه زن قابلیت رسانیدن نتیجه القاح را بمرحله

است . استمناع و باجماع زیاد نیز تولید عنن کند و چاره خود داری از آن ورزش و تناول غذاهای مقوی است . بسا میشود بیم و هراس و باطمینان نداشتن بقوا تولید عنن میکنند و این مسئله خصوصاً در شب زفاف و ایام اولیه تأهل برای تازه دامادان رخ میدهد یعنی اقوام داماد بازاله بکربت اهمیتی میگذارند و آنرا امر مشکلی وانمود میکنند و از آنطرف جمع شدن زنان باطراف حجله در شب زفاف که یکی از زشت ترین عاداتی است که در این مملکت مرسوم است و بایستی متروک شود تولید خجالت و شرم و حیاء در داماد و بآس از قوه خود و انجام مقصود کرده و این حال برای چندین روز و یا ماه ادامه یافته مرد جوان و قوی را از ایفاء وظیفه زوجیت باز میدارد و این مسئله باعث آن میشود که اقوام طرفین تصور کنند که داماد را بسته اند در صورتیکه علت بستگی داماد حرکات زشت آنها است .

عقم در زنان نیز مثل عنن در مردان بر دو قسم است یعنی عقم موقتی و عقم دائمی . عقم دائمی آنست که زنی از ابتداء عمر خود حامله نشده باشد و اگر قصور از طرف شوهر نباشد علت نقصان یا عدم یکی از اعضاء تناسلیه است مثل مسدود شدن مهبل یا زیاده از حد تنگ بودن آن یا مسدود شدن دهانه رحم یا معبر بیضه یا عدم تخمدان و یا رحم که باید بقابله یا طبیب حاذقی مراجعه و استعلاج نمود . عقم موقتی عقمی است که عارض شده باشد یعنی زنیکه میزائیده دیگر نزاید . زنان بسیار فربه ممکن است در نتیجه تشکیل پرده های شحمیه در اعضاء تناسلیه عقیم شوند در این صورت علاج منحصر کردن غذا بشیر است در مدت دو ماه تا نحیف شده و قاعده آنها منظم گردد . زنانیکه در ابتداء نحیف و لاغر

عیب و نقص در یکی از اعضاء مزبور است. عنن عارضی آنست که مرد مدتی از توالد و تناسل باز ماند باین معنی که احساس شهوت در خود نکند و در قضیب انتعاض رخ ندهد برای این گونه عنن باید اول علت را فهمید سپس بمعالجه و رفع آن پرداخت.

کتابت زیاد یا اشتغالات دماغی ممکن است تولید عنن کند باین واسطه که خون متوجه مغز شده و از سایر طرف اعضاء تناسلیه منحرف میگردد و علاج آن منوط به آسوده گذاردن دماغ و پرداختن بتفرج و تفریح است. دیر قیام کردن بجماع باعث عنن میشود و علتش همانست که فوقاً ذکر گردید در این صورت باید در آب سرد غسل کرد و غذاهای مقوی بامثال تخم مرغ و ماهی و کله پاچه و ادویه حاره مثل دارچین و زعفران و زنجبیل و فلفل خورد و سواری و پیاده روی زیاد کرد و اعضاء تناسلیه را روزی چند مرتبه با آب یخ و یا رف شست و در آب خردلی که جوشانیده شده باشد شست و داد ولی خردل باندازه باید در آب ریخت که قابل تحمل باشد. رفع عنن را بوسیله شستشوی در آب سرد و شلاق زدن با اعضاء تناسلیه و قسمت سفلی بدن نیز میشود نمود ولی زدن شلاق باندازه باید باشد که رنج و تعب زیاد احساس نشود و اگر مالش اعضاء تناسل یا شلاق زدن بآن بمهد زن جوان و وجیهی محول شود بهتر است چه دیدار او از یکطرف و ضربت و مالش از طرف دیگر باعث توجه خون با اعضاء اسافل و انتعاض قضیب میشود و اگر عنن بواسطه شرم و حیا باشد باید تدریجاً آنرا رفع نمود و اگر از کثرت عشق و شوق و یا حس حرمت طرف باشد باید مدتی از معشوقه دوری نمود.

عنن که از پیری زیاد و یا شرب الکل تولید شود غیر قابل علاج

رحم شده و بدبووار رحم چسبیده و در آن حال زن آبستن شده دهانه رحم بسته میشود و اگر دوبیضه تلقیح شود آنوقت نتیجه اطفال توأم است ولی در هیچ حال بیش از دوبیضه تلقیح نمیشود و اگر زنانی دیده شده اند که سه الی چهار بچه در يك حال زائیده اند نتیجه منقسم شدن بیضه آنها است ولی بطور عموم در هر ماه زن فقط يك بیضه تولید میکند. در موقعیکه بیضه بر رحم رسیده نیز اگر مقاربتی واقع شود حامله شدن زن ممکن است ولی چون بیضه که در رحم تلقیح شود نمیتواند خود را نگاهداری نماید بطور عموم ساقط و دفع میشود. بهترین مواقع برای حامله شدن زنان قبل از حیض و در حین حیض و روز آخر حیض است و آنها در صورتیکه مدت حیض بیش از سه روز نباشد ولی باید دانست که مقاربت در حیض مکرره و اولاد صحیح المزاج نیکو روی از آن نمیتوان توقع داشت علیهذا در آنحال احتراز از مقاربت اولی است. بیضه تلقیح شده در حین عبور از معبرد چار تغییرات میشود و وقتیکه بر رحم میرسد شش مقابل حجم اولیه خود را پیدا میکنند و در رحم از خون حیض رشد نموده اشکال مختلفی بخود میگیرند یعنی اول گرد بعد بیضی و سپس قایق شکل و آنگاه اول سر و بعد سایر اعضا جنین نمودار و ظاهر میشود.

در حمل بهیچوجه اراده طرفین مداخلیت ندارد زیرا در حال بیهوشی و حمله و مستی و خواب ممکن است بازنی نزدیکی نمود و حامله شود همچنین دخول کامل قضیب هم شرط حمل نیست چه اگر انزال بین دلب کوچك فرج نیز بشود آبستن شدن زن ممکن است زیرا دیده شده اند دختران باکره که باین ترتیب آبستن شده اند.

در حقیقت و نفس الامر اولاد متعلق بزنی است زیرا پیدایش و پرورش

بوده میزائیده اند و بعد چاق و فربه شده عقیم شده اند بواسطه علت فوق الذکر است. در صورتیکه عقیم ماندن بواسطه بی میلی بجماع و متأثر نشدن از آن و یا بواسطه عطالت اعضاء تناسلیه باشد میبایستی غذای مقوی تناول کرد و در فصل گرما در آب دریا و یا در آب جاری غسل نمود و مهبل را با آب سرد شستشو داد. بسیار میشود که هیچ عیب و نقصی در اعضاء تناسلیه زنان موجود نیست ولی بواسطه لعاب ترش و یا شوری که در مهبل آنها تولید میشود ذرات حیاتی منی مرده و حمل و آبستنی صورت نمیگیرد. علاج آنست که در روز بند آمدن حیض داخل مهبل را با آب گرم بوسیله آب دزدک یا اریکتری شستشو دهند و بلا فاصله بمقاربت پردازند که قبل از تولید لعاب شور و ترش مزبور ذرات حیاتی منی به بیضه رسیده القاح واقع شود.

## حمل یا آبستنی زنان

نتیجه مقاربت مرد و زن وصول منی برحم میشود. در رحم فقط نطفه داخل معبر بیضه شده و قسمت مایعی منی برگشته از راه مهبل خارج میشود در معبر بیضه ذرات حیاتی منی چند روز منتظر آمدن بیضه میشوند و اگر بیضه نرسید انگاه مرده و دفع میشوند. حایض شدن زن دلالت بر خروج بیضه از تخمدان میکند و در مدت پنج شش روز بیضه معبر بین تخمدان و رحم را طی کرده برحم میرسد لذا اگر در یکی دوروز قبل از حیض بازن مقاربت شود آبستن شدن او بسیار محتمل است زیرا اجزاء حیاتی منی داخل معبر بیضه شده و در آنجا بیضه را در حال عبور تماس کرده بآن ملحق میشود و آن بیضه تلقیح شده در مدت سه چهار روز وارد



و در صورتیکه حساب صحیحی از ایام حیض در دست نباشد باید ادویه که برای این منظور تعیین شده استعمال نمایند. دردواخانه ها قرصهائی موسوم به سمری موجود است که پنج دقیقه قبل از هر مقاربتی یکی از آنها را زن داخل در مهبل خود میکند و خاصیتی را داراست که ذرات حیافی منی را کشته و مانع از القاح میشود. همچنین ممکن است بوسیله شستشوی مهبل با محلول سوبلیمه و با اسید آستیک جلوگیری از انعقاد نطفه نمود و بدیهی است این شستشو باید بوسیله اریکاتری بعمل آید. انزال خارج از فرج که بعضی ها برای ممانعت از حمل متوسل بآن میشوند مستحسن نیست زیرا طرفین را از یکدیگر متنفر و منزجر میکند. هم چنین استعمال کاپوت را هم نمیتوان توصیه نمود چه گذشته از اینکه در حین عمل ممکن است پاره شود مقاربت را برای مرد بی نشاط کرده و باعث افسردگی خاطر او میشود. طلایه کردن قره قوروت به قضیب و استعمال سایر مواد ترش و شور نیز جلوگیری از انعقاد نطفه مینماید ولی استعمال آنها جایز نیست زیرا ممکن است مهبل را مجروح نماید.

## حیض یا طمث

تمام حیوانات پستاندار حائض میشوند منتهی در موقع معینی از سال و در آن حال اعضاء تناسلیه متورم شده و خون خالص یا مخلوط با خلوط و رحی از راه مهبل آنها دفع میشود. این حالت را در حیوانات اهلی فحل یا طلب میگویند و فقط در آن وقت است که اگر نر را روی ماده بکشند آبستن میشود. حائض شدن انسان در هر ماه در نتیجه سیر تکامل است و خون حیض خون اضافی است که برای تکثیر نوع و پرورش جنین است. در

جنین از بیضه زن و خون و شیر او است و اولاد هم از حیث اخلاق ساختمان بدن و دماغ بیشتر شبیه مادر خود میشود و مرد در تولید باعث است و نه مایه و حال کبریت را در اشتعال فتمیله دارد و مردها حقیقتاً نسل زن را تکثیر میکنند زیرا بقول علماء نشو و ارتقاء حیات اولیه بشکل بیضه ماده بوده و چون تئولژی موسی (ع) را اساس پیدایش حیات قرار دهیم آنوقت هم این نظریه تایید میشود زیرا در آنحال هم مائتایج بیضه حوا میشوند و علت انتساب و تعلق اولاد بپدر در نوع بشر همانا عجزی است که جنس اناث در تهیه و تحصیل معاش اولاد داشته است.

## جلوگیری از حمل

هر فردی در این عالم موظف است که اولاد خود را موافق مقتضیات زمان تربیت نماید و چون در تمدن و شهر نشینی مسائل حیاتی غامض و مهم و شخص محتاج بتعلیم و تربیت صحیح است تا قابل تزاحم بقاء و زیست شود علیهذا هر خانواده باید باندازه بتکثیر نوع پردازد که بتواند بتربیت آنها قیام و مبادرت نماید و مقصود از نشر این رساله هم این نیست که اشخاص اولاد چندی بدون در نظر گرفتن تربیت آنها تولید کنند که بالاخره سربار جامعه شوند و یاد مر که زندگانی زیر دست و پا خورد و یا اعمال کردند لذا احسن آنست که عده اولاد محدود بدوسه نفر ضمناً تمام مساعی لازمه در تربیت و تعلیم آنها مبذول شود و چون از جماع اولاد پیدا میشود و خود داری از آنها برای زوجین جوان ممکن نیست لذا مقتضی است برای جلوگیری از حمل اولاد در ایام موافق برای القاح که سه روز قبل از حیض و سه روز بعد از آنست از مقاربت احتراز کنند

هنوز قاعده نشده اند آبستن میشوند . بند آمدن قاعده در زنان سالم و قوی البنیة بتدریج صورت میگیرد یعنی ترشحات هر دفعه حیض کمتر از دفعه قبل شده و فواصل قاعده ها طولانی تر میشود ولی زنانیکه در دوره حیض گرفتار اختلالات آن بوده اند مبتلا به دوار و سرگیجه و سوء هضم و صدا کردن گوش و کل انداختن و عرق کردن صورت و گاهی بطیش قلب گرفتار میشوند . در سن یأس خانم ها ، میبایستی از خوردن گوشت زیاد خودداری کرده و برعکس میوه بیشتر میل نمایند و خورا کهای تناول نمایند که ممد عمل کردن مزاج شود . راه رفتن و گردش در هوای آزاد و استحمام یکروز در میان در آب نیم گرم و شستشوی مهبل با آب نمک خفیف و گرم مفید است .

## آثار و مدت حمل

در ماه اول حمل پستانها شروع ببزرگ شدن کرده در دم یکبر در بر چهره آثار ناتوانی و ضعف ظاهر و زیر چشم ها کبود و آشوب دل و حال قی عارض شده آب در دهان جمع میشود .

در ماه دوم حیض قطع و استفراغ صفرا رخ داده و حامله تنفر از بعضی غذاها و علاقه ببعضی دیگر پیدا میکند که آن را و بار مینامند و در بعضی از زنان ضعیف البنیة اختلال عقل و شعور هم بظهور میرسد . در ماه سیم حجم رحم زیاد و در ماه چهارم پستانها بزرگ و سر آن سیاه رنگ میشود و در ماه پنجم حرکات جنین و زدن قلب اونیز محسوس میگردد .

حد اقل مدی نه جنین در رحم نشو و نما میکند از تاریخ انعقاد نطفه هفت ماه و حدا کثر آن ده ماه است . بطور عموم مدت حمل نه ماه

مردم این خون زیادی تولید میشود منتهی بشکل منی و بوسیله جماع دفع میشود ولی در زن بطور طبیعی خارج میگردد و اگر دفع این خون مثل منی مرد محتاج بمقاربت بود آنکه میتوان گفت که عالم ما صورتی دیگر بخود گرفته جنس اناث از ذکور تعقیب مینمود.

مدت حیض از سه الی نه روز است و بتفاوت بنیه و طبایع و آب و هوا از چهل الی صد و بیست مثقال خون از زن دفع میشود. در موقع حیض بعضی از زنان گرفتار درد سر و بی خوابی و رنگ پریدگی یا گداز انداختن صورت میشوند و بعضی زیر شکمشان درد سختی گرفته تب میکنند ولی زنان سالم هیچگاه تب نکرده فقط سنگینی و امتلاء در زیر شکم و خستگی در خود احساس میکنند. در موقع حیض زنان باید استراحت زیاد کرده از کارهایی که متممض حرکت و تکان اعضاء اسافل باشد پرهیز کنند و خود را از سرما محفوظ دارند و اعضاء اسافل را با آب گرم و صابون شسته کهنه های بینمازی را زود بزود عوض نمایند و برای آتمه حیض پارچه های سفید و نرم ابتیاع نمایند.

در ایام قاعده زنان باید از توقف در اماکن مرطوب و سرد احتراز کرده و کهنه های تراستعمال نمایند. بیبوست برای زنان حایض مضر است لذا هر زنیکه در این موقع مبتلا به بیبوست میشود باید ملینی قبل از حیض میل کند.

در سن پنجاه غالب زنان یائسه میشوند یعنی قاعده گمی آنها بند میاید ولی بعضی از زنان در سن سی و پنج و چهل یائسه شده و برعکس برخی در سن شصت و هفتاد هم قاعده میشوند و بعضیها در صورتیکه چند سال پیش یائسه شده اند آبستن میشوند مثل آنکه بعضی از دخترها با آنکه

متأثر و محزون میشود بنا براین وظیفه هر مرد متأهلی است که رفتار خود را در خانه طوری قرار دهد که عیال او مشغوف و مجذوب باشد و خانم ها هم باید بدانند که تثبیت بطاسم و جادو و مالها برای سفید بختی گذشته از اینکه اثری ندارد ایجاد کردن سوء ظن و بدگمانی در شوهر و تبذیر مال و نشر خرافات و موهومات در جامعه است زیرا دنیای ما کاملاً مادی است و سفید بختی خانمها هم منوط به کمال و حسن خلق و وفا داری آنهاست .

رفتن زنان در دوره حمل بمجالس روضه و تعزیه و ختم جایز نیست زیرا تأثرات وارده بانها بحال جنین مضر بوده و حزن را در سرشت او خمر مینماید همچنین حضور در مجالس عروسی و جشن و سرور هم که متضمن بیخوابی و خستگی زیاد باشد برای آنها شایسته نمیباشد. خلاصه آنکه زنان حامله بایستی تمام نکات صحی را مراعات نموده و مخصوصاً از خمر پرهیزند زیرا الکحل مضر بحال والده و مولود بوده و ثمره القاح را کودن و دبر انتقال میکنند و چون تنهای ولادتی در اثر عدم نظافت اعضاء اناثیه است لذا باید در دوره حمل مراعات پاکیزگی را نمود یعنی اعضاء اسافل را هر روز با آب گرم و صابون شست و برای جمع نشدن میکرب موی آنرا سترد

## وضع حمل

چهارده شب قبل از وضع حمل تنفس حامله آسانتر ولی عمل هضم مختل و درد شکم عارض میشود تا وقتی که این درد در هر ربع ساعت یکمرتبه بروز کرده و ساکت میشود و دلالت بر نزدیک شدن وضع حمل

وده روز است و اگر پس از هفت ماه طفلی متولد شود ممکن است زنده بماند ولی قبل از این مدت بهرچه وجه باقی نخواهد ماند پس اگر طفلی متولد شود و مدت حمل او شش ماه بنظر برسد بدیهی است در تاریخ انعقاد نطفه اشتباه شده و چون منتهای مدت حمل هم ده ماه است اگر زنی بعد از یازده ماه از مفارقت شوهرش وضع حمل نماید بموجب این قانون متعلق بفرارش نخواهد بود.

## حفظ الصحه در دوره حمل

زن همینقدر که آثار حمل در خود دید باید کاملاً مراقب اعمال خود بوده و از حرکات عنیف و برداشتن و بردن اشیاء سنگین خود داری نماید. از حزن و اندوه و حل مسائل مشکله و فکر زیاد بپرهیزد و از مشاغل پر زحمت و بیم و دین راه دور و استعمال در آب خیلی گرم و باخیلی سرد اجتناب نماید و دواهای سمی استعمال نکرده و مسهل های قوی نخورد. وظیفه زوج هم آنست که کاملاً رضایت خاطر عیال خود را تحصیل و او را مشغوف و بشاش نگاهداشته و از اظهار مطالبی که مکروه طبع او است خود داری کند. این طرز رفتار نه فقط در دوره حمل بلکه در تمام مدت تأهل باید ملحوظ شود زیرا قسمتی از فساد اخلاق نسوان مملکت ما بواسطه سوء سلوک شوهر انشان است و بیشتر از همه چیز نزاع خانوادگی رشته زندگانی ما را گسیخته و دوره آنرا تلخ و ناگوار کرده است معنی کلمه فامیل در اروپا یعنی زن و شوهر و محبت و در ایران یعنی زن و شوهر و نزاع خانوادگی. زن دارای احساسات رقیقه و فطرتاً مایل است محبوب و مدح باشد و چون طرف بی اعتنائی و صورتاً یا سیرتاً مورد مذمت و سرزنش واقع شد سخت

بیرون باشد و در اینحال غذای زائو باید خشك و كم آب و مختصر بوده و يك خوراك ايسم سالت Epsom salt ميل نمايد. خطر زائو تب و لادني است كه در شب سوم يادهم عارض ميشود و علائم آن لرز و تب شديد و خشك شدن شير و بعضی اوقات دبو انكی و جنون است مخصوصاً اگر در شب سوم اين علائم ظاهر شود خطرناك و ممكن است بفوت منجر شود لذا مراجعه فوری بطبيب لازم است همچنين پس از وضع حمل ممكن است جنون عارض زائو شود كه در اينحال مشارالیهها وحشی و بيقرار شده و محتمل است بخود يا طفل خود صدمه بزنند لذا بايد مراقبت تام از او نمود

در اولين شستسو بدن طفل را با وازلين بايد تدهين و بعد طشتكی از آب گرم حاضر کرده مولود را بادست چپ در آن نگاهداشت و كف صابون راروی يك تيكه ماهوت ريخت و بادست راست بتن طفل ماليد و بعد باتيكه اسفنجی از سر طفل شروع بشستشو و بدن او را خشك کرده كرد بنفشه Violet powder بقسمتهائيكه احتمال زخم و ناسور شدن ميرود پاشيد و او را ملبس نمود اين شستشو از شب اول بيعد بايد هرشب تكرر شود منتهی در شبهای بعد چرب كردن تن طفل با وازلين لزومی ندارد. شستشوی يومي به باعث خواب راحت و صحت و رشد طفل است و متاسفانه در ايران بملاحظه آنكه مبادا طفل سرما بخورد معمول نميدانند در صورتيكه اگر اطاق گرم باشد و طفل معتاد بان شود سرما نميخورد. پس از ولادت بايد مقيع را معاينه نمود زیرا در بعضی از اطفال اين مجرى بسته بوده و در صورت مسدود بودن مراجعه فوری بجراح لازم است.

به بند ناف بايد گردی كه مركب از ده مثقال نشاسته يك مثقال و نيم پودر بوريك Boric Powder و يك مثقال آكسيد ذرك باشد و اشيد

میکنند و آنوقت است که باید قابله را احضار نمود

اطاق زائو باید پاکیزه و نظیف باشد و بایستی يك تخت خواب باربك باتوشك ملافه دار که روی آن يك پتو و روی پتو يك تخته مشمع کشیده شده باشد در آن قرار داد که پس از وضع حمل مشمع را برداشته و تخت خواب برای استراحت زائو حاضر باشد. در اطاق مزبور باید يك بادبزن و يك آبدزدك و يك ميز با چند ذرع كتان و قدري وازلین و گلسیرین و پنجه و چند عدد سوزن و سنجاق و اشیا نیکه برای بریدن بند ناف و شستن طفل و ملبوس نمودن او لازم است آماده کرد و چون صحت و سلامت والد و مولود بسته بنظافت دستهای اشخاصی است که ببدن آنها در این موقع تماس میکنند لذا باید آب گرم و صابون برای تنظیف دستهای قابله و سایرین آماده نمود. زائو باید در لباس خواب بوده و برای حفظ بدن از سرما يك نیمتنه ماهوت در زیر پیراهن بپوشد و جوراب ساقه بلند بپا کرده كفشش سرپائی باشد. در موقع حمل دو نفر خدمتكار باید حاضر باشند که یکی از آنها در اطاق و دیگری در خارج بایستد. زائو باید ده روز در رختخواب بخوابد و در این مدت میبایستی مواظب حال او باشند و هرشب درجه حرارت بدن را تعیین نمایند و در صورتیکه بصد درجه فر نهایت برسد احضار طبیبی لازم میشود. در شب دوم وضع حمل ملین برای زائو لازم است. خوراك اوتا موقعیکه مزاج عمل کنند باید رقیق از قبیل آش و آبگوشت باشد. شیر تار و زسوم بخوبی جاری نمیشود و در صورتیکه طفل قادر بمکیدن و تخلیه پستانها نباشد بوسیله تلمبه پستانی باید آنها را خالی نمود و الا تولید ورم پستان مینماید و در صورتیکه طفل مرده بدنیا آید مرهم بلادونا Bladona Plaster باید روی پستانها طلایه نمود بطوریکه سر پستانها از آن



وچند نفر از معاریف مثل کاندی هندی عقیده دارند که شخص بالغ نباید شیر بخورد و آن غذای طبیعی برای اطفال است و در حقیقت کسانی هم که بعلت سوء هضم خوراك خود را منحصر بآن میکنند معده خود را از کار انداخته و خراب مینمایند ولی در حال کمالات و ناخوشی ممکن است خوراك را بان انحصار داد. شیر طوری ترکیب شده که موافق معده اطفال است و تا هشت ماهگی خوراك طفل باید منحصر بآن باشد. چربی شیر بشکل ذرات کوچکی است و املاح آن دارای تمام مواد است که برای تشکیل قسمت حجری استخوان لازم است و چون آهك آن بیشتر از آب آهك معمولی است علیهذا مخلوط کردن آن بشیر برای ترضیع اطفال لزومی ندارد. شیر انسان سریع الهضم ترین شیرها است و شیر الاغ نیز دارای همان کیفیات است لذا صحت و سلامت دماغ و بدن منوط بشیر دادن از پستان است و در صورتیکه مادر طفل بواسطه ابتلاء بسل یا ناخوشی دیگر نتواند بشیر دادن طفل خود قیام کند گرفتن دایه بهتر از شیر گاو خواهد بود. انتخاب دایه باید بطبیعی و اگذار شود زیرا زنی که جهة دایگی قبول میشود میبایستی سالم و صحیح المزاج و پستانهای او قابل رضاع باشد. بچه خود دایه باید سالم و سن او زیاد تر از طفلی باشد که شیر دادن او را عهده دار شده است. دایه باید سحر خیز بوده و هر روز چند ساعت گردش نموده قسمتی از کارهای خانه را انجام دهد و خوراك او میبایستی سریع الهضم و فراوان باشد و شیر زیاد بنوشد و معتاد بافیون و شرب و غیره نباشد. عمل هضم دایه باید مرتب بوده و مسهل های قوی ننوشد چه مؤثر در شیر میشود و باید همیشه او را بشاش و خوشحال نگاهداشت زیرا اوقات تلخی و خشم شیر او را فاسد و خراب مینماید. مادرانیکه دارای شیر

وبعد در يك تيكه ململ پیچیده و بنحویکه سر آن بطرف سر طفل واقع شود بایک تیکه ماهوت روی شکم مولود بست . این عمل بعد از هر شسته شوی لازم الاجراست تا آنکه بند ناف ساقط شود و افتادن آن از پنجمین روز ولادت الی چهاردهمین روز میباشد و در صورتیکه از بند ناف جریاب خون مشاهده شود مجدداً باید آنرا بست و این گره باید نزدیکتر به بدن طفل از گره اولی باشد و پس از آنکه بند ناف افتاد اگر در جای آن آثار جراحت مشاهده شود باید مرهم آکسید دزنک Zinc ointment را روی تیکه کتانی طلایه نموده روی ناف گذارده آن را بست و ملبوس و کلیه پارچه هائیکه برای پوشانیدن و پیچیدن طفل استعمال میشود میبایستی در آب جوش شسته شوند و بهتر آنکه شستن آن در خانه انجام گیرد زیرا بعضی رخت شوی ها البسه را باقلبا میشوند و معلوم است در آنحال بدن طفل را مجروح مینماید .

شکم و پاهای طفل را باید کاملاً پوشانید ولی سر او پوشش خفیفی لازم دارد .

## دوره رضاع و بعد آن

پستان دارای غده هائست شبیه بخوشه انگور که تماماً بیکدیگر بوسیله مجاری مربوط و بالاخره تمام آنها بتوسط چند مجری بسر پستان که آنرا حلمه نیز مینامند متصل میشوند . در غده های پستان شیر تولید شده و بوسیله مجاری مذکوره در فوق بسر پستان جاری و از سوراخهای آن خارج میشود . شیر عبارت است از آب و آلبومین و قند و روغن و املاح و از اینقرار مواد پنجگانه که برای تغذیه لازم است دارا میباشد ولی باینحال بمنهایی برای شخص سالم و کارکن غذا نبوده و در معده برخی نیز هضم نمیشود

مبتلا بمرض برفك يادر نتيجه سائيده شدن پوست دهان باشد که بايد قبل  
علت را تفحص نمود و بعد در صدد رفع آب برآمد و از چيز هايي که  
مراعاتش خيلي واجب است ندادن شير ترش شده بطفل است و هميشه بايد  
مراعات نظافت را در دوره رضاع نمود زيرا عدم رعايت نظافت باعث کسالت  
و ناخوشي طفل است

مادر انيکه شير آنها خوب نيست و يا کافي نميباشد و استطاعت  
گرفتن دايه را نيز ندارند بايد بشير گاو که در مقابل آب و يايک مقابل  
آب جوبان مخلوط شده باشد طفل خود را غذا دهند. براي تحصيل آب جو  
دو قاشق بزرگ آتش خوري جو سفيد پوست کنده را بايد در يك چارک  
آب رنجت و در ظرف لعابي مدت بيست دقيقه آنرا جوشانيده و بعد صاف  
نمود و در صورتيکه شير الاغ دهند اضافه کردن آب جو بآن لزومي ندارد  
و در هر صورت بشير گاو و الاغ نبايد قناعت نمود بلکه از پستان نيز بايد  
شير داد و پس از هر دفعه شير دادن پاک کردن دهان طفل و نوک پستان  
واجب است. شير گاو يا الاغ بايد کاملاً جوشانيده شده و موقعی که بطفل  
ميدهند نيم گرم يعني حرارت خون بدن را داشته باشد که بزودی در  
معهه طفل هضم شود. در صورتيکه شير گاو و يا الاغ در دسترس نباشد  
ممکن است بشير هائي که در قوطی از فرنک وارد می شود طفل را غذا  
داد و در اين صورت بايد شش مقابل آب بآن مخلوط نمايند. پستانکی  
که برای شير دادن استعمال ميشود مييايستی قايق شکل باشد و در صورتيکه  
سر آن لاستيکی نباشد بهتر است و بايد سوراخی برای دخول هوا برای  
شيري که خارج ميشود در بالا داشته باشد تا طفل باسانی بتواند پستانک را  
بمکد و خسته نشود و هر دفعه بايد آنرا در آب جو شسته و بعد استعمال

هستند و استطاعت گرفتن دایه برای اطفال خود دارند و باز آنها را شیرگاه و الاغ و غیره میدهند راه خطا می‌روند و بدست خود صحت و سلامت اطفال خویش را خراب میکنند. بعد از آنکه سه ساعت از ولادت طفل گذشت باید پستان را بدهان او گذارد و روزی دوسه مرتبه باوشیر داد تا آنکه شیر کاملاً جاری شود و از آنوقت ببعد هر دوسه ساعت یکمرتبه باید رضاع قیام نمود تا ماه هشتم که دندان‌های او بیرون می‌آید و آنسگاه باید او را از شیر گرفت و این عمل میبایستی در عرض یکماه انجام گیرد یعنی در عرض این مدت باید گاهی باوشیر داد و گاهی خوراک رقیق و این نکته را باید در نظر داشت که در موقع خیلی گرم سال طفل را از شیر نباید گرفت چه باعث اسهال میشود و نیز باید در آن هنگام طفل صحت کامل داشته باشد. ترتیب شیر دادن باطفال در دوره رضاع بقرار ذیل است:

در هفته اول ولادت هر دو ساعت یکمرتبه یعنی شش مرتبه در روز و چهار مرتبه در شب و مقدار شیر در هر دفعه باندازه دو قاشق آتش خوری. از هفته دوم تا ماه دوم هر دو ساعت یکمرتبه شش مرتبه در روز و دو مرتبه در شب و مقدار شیر در هر دفعه سه‌الی چهار قاشق آتش خوری. از ماه دوم تا ماه چهارم هر دو یا سه ساعت یکمرتبه چهار مرتبه در روز و دو مرتبه در شب و مقدار شیر در هر دفعه شش‌الی هشت قاشق آتش خوری. در ماه ششم هر سه ساعت یکمرتبه چهار مرتبه در روز و دو مرتبه در شب و مقدار شیر در هر دفعه دوازده قاشق آتش خوری و در صورتیکه طفل پستانک را درست نمکد ممکن است سوراخ‌های سر آن تنگ و شیر از آن جریان نکند و یا سقف دهان طفل مجروح شده باشد و یا آنکه

شیر خمیر نموده و بعد آنرا در پنج سیر شیری که در حال جوشیدن باشد بریزند و پنج دقیقه آنرا بهم بزنند .

در آمدن دندان عموماً با درد و کسالت توأم است و در آنحال برای اسكات طفل باید يك تيكه لاستيك بدهان او گذارد که بجويدن آن مشغول باشد یا آنکه در عوض لاستيك شست او را بدهانش گذارد . گرد هائیکه در دواخانه ها موجود است و در موقع دندان در آوردن اطفال استعمال میشود تجویز نشده اند زیرا غالباً دارای ادویه مضره هستند . سه چهار روز پس از ولادت طفل را باید بیرون برد و روزی دو سه مرتبه قنداق او را باز کرد و روی توشکی خوابانید تا آزادانه دست و پای خود را حرکت دهد عمل کردن مزاج اطفال قابل توجه است مدفوعات آنها روزهای اول سبز زیتونی رنگ میباشد و بعد از چندی برنگ نارنجی روشن بر میگردد و در این ایام اگر سبز رنگ گردد و یا رگهای خون در آن مشاهده شود دلیل بر خرابی معده و سوء هضم است

پس از سن دو سالگی خوراك طفل باید همان باشد که والدین او میخورند . شیر و آب زیاد باید در این سن بطفل داد و از غذاهائی که ادویه زیاد دارد آنها را بازداشت . نان تازه و پنیر برای اطفال مضر میباشد . شوکولات که مرکب از کاکائو و شیر و شکر است برای تغذیه اطفال بسیار مفید است . لباس زیرین بایستی چلووار و روی آن فلانل باشد و باتمام لباس باید آنها را خوابانید . سینه و ساقهای پا و دست های طفل را میبایستی گرم نگه داشت و چون اطفال بالاپوش خود را در خواب پس میزنند لذا لباس آنها باید باندازه باشد که از سرما محفوظ مانند . اطفال را باید در اول شب خوابانید و بالاپوش آنها باید سبک باشد و پنجره فوقانی اطاق خواب آنها را میبایستی

نمایند. از چیزهایی که در موقع رضاع باید در نظر گرفت یکی این است که پستانك خالی را نباید بگذارند طفل بمکد زیرا هوای توی پستانك داخل معده شده تولید سوء هضم میکند و در موقعی که طفل در خواب است نباید رضاع پرداخت و هرگاه طفل گریه میکند برای اسکات او نباید پستان بد هان او گذارد بلکه در اینگونه موارد کمی آب بایستی باو نوشانید زیرا غالباً گریه اطفال بواسطه تشنگی است. مادران باید بدانند چنانکه معمول و متداول است در ایام اولیه ولادت نباید عوض شیر کره و بارهنگ بطفل بخوراند. در ایران مرسوم است که شیر ایام اول ولادت را دور ریخته و در عوض کره و بارهنگ بطفل میدهند در صورتیکه غذای طفل آنست که مادر طبیعت تهیه کرده است

بعضی از مادران بخیال خودشان برای محکم شدن استخوانهای طفل آب آهك باو میدهند و این تصور باطل است و لزومی ندارد مگر در مواردیکه طفل مبتلا باسهال شود و در صورتیکه تولید اسهال بواسطه تغذیه طفل با پستانك و شیر حیوانات شده باشد در مدتی که طفل مبتلا باسهال است باید سفیده دو تخم مرغ را در يك چارك آب محلول نموده باو بنوشانند و در صورتیکه طفل شیر را پی در پی استفراغ کند دلیل برخوب نبودن یا زیاد نوشانیدن آن بطفل است

در ماه ششم و هفتم میشود قدری خوراك نشاسته دار به طفل خورانید و در ماه دهم سیب زمینی هم میتوان باو داد و در ماه هیجدهم دندانهای او قابل جویدن گوشت نیز میشود. آروروت Arrowroot مرکب از نشاسته خالص است لذا تا طفل ششماه نشود نباید با آن طفل را تغذیه نمود. برای تهیه آروروت باید يك قاشق چای خوری بزرگ آنرا با کمی

جزو تفریح و مزاح شده . این حرکت در باره همه کس خصوصاً اشخاص عصبانی و ضعیف القلب مضر بوده و باید متروک شود همچنین مرسوم است با اطفال بلجن غیر معمول و غلط صحبت میدارند و این گونه تکلم مرکوز ذهن طفل شده و باعث عادت آنها با الفاظ غلط میشود و آنوقت باید مدتی وقت صرف کرد تا این الفاظ غلط را تصحیح نمود لذا بوالدین توصیه میشود که با اطفال خودشان بطور مربوط و صحیح صحبت نمایند و بسئوالاتی که آنها میکنند جواب صریح و کافی دهند و در هیچ مورد ذهن آنها را کور نکرده و بفهم خواص طبایع و اشیاء محیط آشنا کنند منتهی در مورد سؤالاتی که جواب آنها مطابق فهم و ادراک آنها نباشد و یا موضوع خارج از نزاکت باشد باید بدفع الوقت گذرانید و یا جواب مختصر داد یکی از عادات بد بردن اطفال بمجالس ختم و سوگواری است که هر یک تأثیرات بدی در وجود طفل کرده او را معتاد بمهموم و محزون بودن میکنند . همچنین اغلب مادران برای راحت خود طفل را از بازی و حرکت منع نموده و بساک نشینی ترغیب می نمایند این اشخاص نمیدانند که بدن طفل محتاج ورزش است و در همان حال بازی و حرکت است که رشد نموده و اعضایش محکم و قوی میشود لذا باید اطفال را همیشه ببازی تشویق نمود منتهی باید مواظبت کرد تا حرکاتی که متضمن نقص و عیب یکی از اعضاء و جوارح باشد ننمایند .

## تربیت خانوادگی

بزرگترین وسیله ترقی ملتی تربیت خانوادگی است . مللی که از تربیت خانوادگی محرومند همیشه در حضيض ذلت بوده و رجال آنان

باز گذارد و در صورتی که بر راحتی بخواب نروند دلیل بر سوء هضم و خرابی معده آن ها است و اگر از دهان تنفس نمایند یا در خواب خرخر کنند علامت انسداد بینی است که در آن صورت باید به طبیبی مراجعه نمود . اطفال شیر خوار و خورده سال از ۲ تا ۴ ساعت شبانه روز باید بیست ساعت آنرا در خواب باشند و در صورتیکه قبل از ظهر بخوابند رشد آنها را تسریع میکنند . زیر سر اطفال باید کوتاه باشد لذا گذاردن بالش اکابر زیر سر آنها باعث ناراحتی بودن و بطوئ عمل جهاز تنفس آنها میشود . تکان دادن اطفال برای خواب کردن آنها لزومی ندارد و جز آنکه تولید عادت بدی در آنها بکند نتیجه دیگری بر آن مترتب نیست . اطفال را باید همراه خود به گردش برد و وسایل تفریح دماغ آنها را فراهم نمود و اسباب بازی که جهت آنها خریداری میشود نباید رنگ کرده باشد زیرا آنها را داخل دهان خود می کنند و بهترین اسباب بازی برای آنها تویپهای لاستیکی است .

تا موقعیکه استخوان های طفل محکم نشده نباید او را وادار بایستادن کرد و در ابتداء باید زیر بغلش را گرفت و راه برد که تمام وزن بدن تحمیل بیا و استخوان های نرم او نشود و نیز در موقع بلند کردن نباید بازوی آنها را چسبید بلکه باید زیر بغلشان را گرفت و آنها را نباید بوسید .

در ایران در مقابل بهانه گیری و گریه اطفال را به لولو تهدید کرده میترسانند این مسئله باعث میشود که اینگونه اطفال در کبر سن هم این هیاکل مو هوومه که مادران جهت آنها تعریف نموده در جاهای تاریک بنظرشان رسیده و خوف و خشیت در آنها پیدا شود و بهیچوجه نباید بچن و پری و دیو و غیره آنها را تهدید کرد . ترسانیدن یکی از عادات بدی است که



بزرگ وبا اهمیت دانست و بیشتر این وظائف بعهده مادرانست زیرا در آغوش مادر است که طفل پرورش میکند و عادات و اخلاق او است که وی کسب مینماید. مادر گذشته از مراعات حفظ الصحه طفل خود باید بتعلیم او بپردازد از ارتکاب اعمال زشت و قبیحه او را باز دارد و آداب و اخلاق حسنه در ضمیر صاف و ساده اش منقوش سازد و کاملاً مواظب حرکات و سکنتات او بوده محبت مادری را بکنار گذارد آنچه خوب است طفل را بدان ترغیب و آنچه مذموم است خواه بملائمت و خواه بتهدید او را از اجرای آنها مانع شود و بعلاوه ذهن طفل را برای تحصیلات مدرسه حاضر و آماده نگاهدارد و این بوسیله صحبت و تعلیمات زبانی باید انجام گیرد. در اروپا برای اطفال از سن چهار الی هفت تأسیس مدرسه نموده اند باین ترتیب که در باغ بزرگی اطفال جمع می آیند و در تحت تعلیم معلمات ماهر مقدمات علوم و فنون مختلفه را می آموزند این مدرسه باسم مصنف کتاب تعلیم الاطفال که خانمی ایتالیائی بوده است موسوم بباغ (مانتزری) شده است. در این مدرسه اطفال خورد ترتیب سفره چیدن و خوراک خوردن و حسن تکلم را می آموزند و بالوان مختلفه آشنا شده عدد شماری و نوشتن ارقام حساب و اشکال هندسی و موسیقی و غیره را فرامی گیرند و تمام این تعلیمات بنحوی انجام میگیرد که بهیچوجه باطفال خستگی عارض نشده و باکمال ذوق و شوق بآموختن آنها قیام میکنند مثلاً آلتی هست که خود را بوسیله آن اندازه میگیرند یا خود را وزن مینمایند. در اینجا توب های پارچه الوان را مخلوط بهم کرده و طفل را وادار بمرتب کردن آنها بدرجه رنگ مینمایند. رنگهای مختلفه هست که صدای نونهای موسیقی را نموده و بوسیله آنها گوش طفل را بنوت ها و آهنگها آشنا

بقدر اطفال ملی که ترتیب خانوادگی در آنها معمول است وجودشان  
شمر ثمر و فائده نیست. طفل با آنچه در خانه آموخته داخل زندگانی  
میشود و با عادات و اخلاقی که در دوره صباوت خود کسب کرده بشیخوخت  
میرسد. اگر يك طفل اروپائی را با يك طفل آسیائی بسنجیم می بینیم  
تباين و اختلاف کلی مابین آنها است. اروپائی آنچه را كه آسیائی در  
مدرسه و در کبر سن میاموزد در خانه در طفولیت خود فرا میگیرد و همین  
باعث شده است که ترقی آسیائی نسبت با اروپائی مانند سیر شتر و راه آهن  
باشد. بدیهی است والدین جاهل و بی تربیت جز اطفال بی تربیت بار نمی-  
آورند و همین افراد بی تربیت است که تشکیل ملت بی تربیت و پست را  
میدهد چنانکه بتحقیق رسیده تا تربیت خانوادگی در ملتی معمول نکردد  
ترقی در آن ملت بروز نمی نماید. همان تحصیلات مقدماتی و تعلیمات ابتدائی  
در خانه اساس ترقیات بعد میشود و همین تعلیمات است که هیچگاه از  
ذهن طفل خارج نشده و در دوره حیات با او همراه است. خانواده هائیکه  
بواسطه سهل انگاری یا محبت بیجا بتربیت طفل خود قیام نمی نمایند و آنها  
را از رفتار زشت و کسب اخلاق غیر حسنه باز نمیدارند گذشته از اینکه  
بخود و اولاد خود ظلم میکنند مخرب جامعه بشری نیز هستند چه ملت  
مرکب از افراد است و تا افراد تربیت نشوند انتظار سعادت را برای ملت  
نمیتوان داشت. در خانه است که در طفل حب پدر و مادر و حب اقوام  
و اقارب و حب نوع و وطن و صداقت و درستکاری تزریق میشود و نیز در  
خانه است که باید طرز مکالمه و معاشرت با او تعلیم داده شود. وظیفه پدر  
و مادر فقط تهیه خوراك و پوشاك طفلشان نیست اینان گذشته از این  
مراتب و وظائف و تکالیف مقدس تری دارند که قصور از آنها را باید خیلی

تعلیم نسوان. هر کس در این عالم معمار بخت خود میباشد و خود شخص است که زندگانی را برای خود و نسل خود با سعادت و شیرین کرده و با تلخ و ناگوار مینماید. این گلخانه‌ای که باغهای ما را زینت داده و از رائقه و رنگ خود ما را محظوظ و مسرور میکند همان گل‌های خود در و نباتاتی هستند که بهیچوجه مورد توجه نبوده و در اثر تربیت و پرورش باین پایه و مایه رسیده اند پس وقتیکه تربیت در ماهیت نبات اینقدر تاثیر داشته باشد در وجود بشر که قابلیتش برای تغییر حال و ترقی از تمام موجودات زیاد تر است موثرتر خواهد بود

حال چندی است که ما بکزوم تعلیم نسوان پی برده ایم و برای نیل باین مقصود مدارس در طهران و سایر بلاد ایران مفتوح گردیده ولی نتیجه مطلوبه از آنها بدست نیامده و چون رفع فساد اخلاق و معایب را ندموده باعث یاس و ناامیدی عده گردیده اند. نمیشود گفت که ایرانی قابل تعلیم و تربیت نیست و نیز نمی توانیم تصور نمائیم که تعلیم و تربیت در وجود زنان ایرانی اثر معکوس دارد بلکه میتوان گفت که تعلیمات اساسی و مبنی بر پایه و اصولی نبوده و نیست و علت هم یکی تقلید بیجا و دیگر در نظر نگرفتن احتیاجات بوده است. اول باید تعیین نمود که معایب اخلاقی ما چیست و دوشیزه‌کان ما محتاج بدانستن چه چیزهائی هستند. زنان ما در مراحل اولیه تمدن اند لذا باید احتیاجات آنها را مقدم بر غیر ضروریات دانست

دانستن قدری حساب و جغرافی و تاریخ و چند کلمه فرانسه رفع حوائج نسوان این مملکت را نکرده و آنها را مستغنی نمیسازد. درست است این تعلیمات ذهن آنها را باز کرده و بالطبع اولادیکه از آنها پیدا شود تخت

مینمایند حروف مقوائی و ارقام حساب که از مقوا یا شیرینی ساخته شده موجود است که با طفل نشان داده و یا میخورانند و ضمناً باین وضع فربح انگیز اشکال و اسامی آنها را در مغز طفل جای میدهند آنوقت این اطفال چون بمدرسه ابتدائی داخل می شوند با سرعت پیش رفته و بسا مشاهده شده است که اطفال بسن چهارده و پانزده دوره مدرسه عالی را تمام کرده بکالژ ها و یونیورسیته ها داخل شده اند و در محالی که مدرسه مذکوره در فوق وجود ندارد این تعلیمات بمعده مادران واگذار میشود . استعداد و قابلیت در هر وجودی تکوین شده منتهی برای استفاده از آن تربیت لازم است و قسمت مهم این تربیت هم تربیت اولیه یا تربیت خانوادگی است . عدم تربیت خانوادگی است که ملل آسیائی هر چه سعی و کوشش کنند بار و پائی نرسیده فرسنگها خود را عقب می بینند . اساس تربیت خانوادگی تربیت نسوان است از مادر و پدر بی علم و تربیت پرورش طفل با تربیت انتظار نمیتوان داشت . زنان عضو مهم هر جامعه هستند و اگر این عضو فلج شود جامعه فلج خواهد بود . در هر ملتی که باب تعلیم و تربیت را بروی نسوان باز کرده اند بایک سرعت فوق العاده ترقی کرده و در هر ملتی که آنها را در عالم جهالت و بی علمی نگاهداشته اند بخاک ذلت نشسته اند چه رشد و ترقی هر ملتی منوط بترقی و تربیت زنهای آنملت است پس باید احوال و مسائل تربیت نسوان را فراهم نمود و آنانرا بتحصیل علوم و فنیکیکه در خور استعداد آنهاست واداشت تالیقات پرورش اطفال خوب را پیدا کرده بوظائف مقدسه خود آشنا شوند زیرا بهبودی در حال ملتی پیدا نمی شود مگر بتهدیب اخلاق افراد و تربیت و تهذیب اخلاق هم فراهم نمیکردد . جز بوسیله تربیت خانوادگی و تربیت خانوادگی میسر نمیشود مگر بتربیت و

مرتب و منظم کرده و احتیاج بمستشاران خارجی پیدا نکند. این عادات ذاتی ما شده و در طبقه نسوان بشدت وجود دارد. این مسئله بخوبی ثابت گردیده که يك زن ایرانی باتهمیه تمام وسایل داشتن چندین خدمت کار نمیتواند زندگانی خود را طوری مرتب نماید که هر چیزی بجای خود بوده و باز نواقصی در زندگانی او مشاهده نشود و از این رو است که باید گفت وظیفه معلمات مدارس است که این نکته مهم را همیشه در نظر گرفته و دوشیزکان را معتاد بنظم و ترتیب نمایند که در نتیجه نسل آتی فعال و جدی و علاقمند بنظم و دیسیپلین شود. اساساً عقل معاش در ایرانی نیست و از این رو همیشه خانواده های این مملکت دچار اختلال معاش و بالنتیجه گرفتار هم و غم اند و این بواسطه افراط و تفریط و قیودات بیجا است. ایرانی در زندگانی فرق مابین احتیاجات و تجملات نمیدهد و در اعاشه فرق مابین اغذیه و تنقلات نمیگذارد باین معنی که اگر يك مبلغی زن ایرانی داده شود نمیداند بچه نوع خرج نماید که معاش خانواده را تامین کرده و دچار قرض نشود. پس باید یکی از مواد پرگرام مدارس نسوان علم اقتصاد باشد و بدوشیزکان ترتیب خانه داری را تعلیم دهند زیرا اختلال امر معاش خانواده ها اختلال امر معاش يك ملتی است و ملتی که امر معاش مختل باشد همیشه در ذلت و پستی است. افراط و تفریط و عدم اقتصاد نه فقط در خانواده ها جاری است بلکه در ادارات دولتی نیز معمول میباشد زیرا مدیران ادارات همانهایی هستند که در اداره کردن امر معاش خود عاجزاند و از علم اقتصاد بی خبر

یکی از عادات بد زنان ایرانی گذراندن اوقات بیطالت و بیکاری است و از آن وقتی که تاریخ نشان میدهد این عادت در زنان این مملکت

تربیت خانوادگی بزرگ میشوند ولی مقدم بر این ها چیزهای دیگری هست که باید در مدارس نسوان تعلیم و تدریس شود.

ایران رو بصنعت و کار می رود و اغلب صنایعی که امر رزه بدست مردان انجام میگیرد در آتیه بمعهد زنان محول خواهد شد پس مقدم بر همه چیز تأسیس مدارس صنعتی جهت نسوان است که در آنجا صنایعی که موافق استعداد و توانائی زنان باشد بدوشیزکان تعلیم داده شود که در آتیه آنها بتوانند از آن ممر اعاشه نموده رفع احتیاجشان بشود و انتظار آترانداشته باشند که شوهری جهت آنها پیدا شده از نتیجه سعی و عمل او گذران نمایند - والدینی که علاقه مند بسعادت دختران خود هستند و مایلند که در آتیه کلمه ضعیفه بانها اطلاق نشود باید بیکی از صنایع بدی که مورد احتیاج عامه باشد آنها را آشنا نمایند . والدین دوشیزکان باید جهیز دختران خود را به بازوهای آنها بسته ثروت تمام نشدنی را در مغز آنها جای دهند

یکی از بزرگترین علی که ملت ایران را در پستی و ذلت نگاه داشته عدم نظم و ترتیب و فقدان روح مدیریت است و بیشتر بلاهائی که بسر ما آمده و میاید در اثر این عیب است . عدم نظم و ترتیب باعث شده است که قشون معظم داریوش کبیر در مقابل معدودی یونانی مثل خوشه گندم در مقابل داس دروگر بزمین بریزند - عدم نظم و ترتیب باعث شده است که دو مله یون قشون خشا یار شاه در مقابل عده قلیلی یونانی اظهار عجز و ناتوانی کنند . عدم نظم و ترتیب باعث شده است که يك کرور قشون دارا در مقابل چهل هزار قشون منظم اسکندر منهزم شده و پراکنده شوند عدم روح مدیریت باعث شده است که ایرانی نتواند ادارات خود را

را در دوشیزه‌کان تقویت نموده و عادات بد را از نهاد آنها خارج سازند زیرا ترك عادت چنانكه مشهور است تولید مرض نمیکند و کسب عادت هم آنطور بیکه معروف است معسور و سخت نمیشود زیرا اعمال وقتی مکرر شدند تولید عادت میکنند لذا باید عادات خوب در دوشیزه‌کان ایجاد نمود و تعلیمات مفیده بآنها داد زیرا تربیت و ترقی نسوان تربیت و ترقی يك ملت است و تا بهبودی در وضعیت آنها مشاهده نشود بهبودی در حال ملتی حاصل نمیشود.

## نصایح صحی و اقتصادی

هر چند که اصول حفظ الصحه را در رساله طلیمه نور در تحت فصولی مخصوص نگاشته ولی از آنجائیکه وضعیت صحی و اقتصادی خانواده دخالت تام در ساختمان و چگونگی بیدایش نسل دارد علیهذا بدرج بعضی نکات لازمه در ذیل مبادرت میشود:

**توالت** - استعمال پودر و سرخاب و مانیک مسامات پوست بدن را مسدود کرده و مانع از نفوذ روغنی است که برای صاف و صیقلی کردن پوست تولید میشود و در نتیجه صورت شکسته و پیرنما میگردد. بهترین توالتها برای زن و مرد ورزش و شستن صورت با آب گرم و صابون است و انتخاب صابون هم باید در اثر امتحان بعمل آمده و همیشه یکقسم صابون استعمال شود. خانمهاییکه دارای صحت مزاجند و قتیکه مراعات نظافت را کنند دارای طراوت و سرخی طبیعی و بشره جذاب و دلربا میشوند استعمال اشیاء فوق الذکر گذشته ازاینکه ضرر جسمانی دارد باقتصادیات هم لطمه میزند زیرا برای ورود آنها بمملکت مبلغ معتناهی بخارجه می‌رود

خصوصاً زنان متموله که دارای خدمتکاران بوده‌اند وجود داشته . اینان اشتغال بکار را و هن می‌پنداشته‌اند چنانکه در جنگ ايسوس که اهل حرم دارا بدست اسکندر افتاد چون اسکندر میدید که اوقات خانواده سلطنتی ببطالت میگذرد دستور داد که برای اشتغال و رفع بیکاری آنها را بتور بافی وادارند و چون بخوانواده سلطنتی اشتغال بآن را پیشنهاد کردند مادر دارا کربه آغاز نهاد و گفت معلوم میشود اسکندر بما بچشم کمیزی نگاه میکند . چون سلطان مقدونیه این مطلب را استماع نمود باشتباه خود برخورد و در مقام عذر خواهی برآمد و اظهار کرد که چون در یونان خانمهای محترمه و خانواده های سلطنتی بطالت و بیکاری را عیب دانسته و حتی الامکان خود را بکاری مشغول میدارند لذا تصور رفت که بانوان ایرانی نیز دارای همان اخلاق و عاداتند

یکی از معایب دیگر سستی و تنبلی ما است که ضرب المثل گردیده و ننگ تاریخی جهت مایجاد کرده است . برکشت ده هزار نفر یونانی که بکمک کورس اصغر بایران آمده بودند تحت سر پرستی يك نفر یونانی معروف به زنفن در عین اقتدار و عظمت ایران نمونه خوبی برای سستی و بی - حالی ما است

مقصود از اظهار این مطالب نه این باشد که بخواهم پستی و ذلت ایرانی را ثابت کنم بلکه میخواهم بمعلمات مدارس و والدین وظیفه شناس معایب و عادات بد را تذکر داده و برای رفع آنها از طبیعت دوشیزکان آماده‌شان نمایم والا ایرانی همان طوری که برای بعضی عادات مذمومه معروف است برای عادات خوب که راستی و درستی و مهمان دوستی و علو طبع و ادب باشد نیز شهره آفاق میباشد لذا معلمات باید عادات خوب



سفید میگردد. دواهاییکه برای سیاه کردن مو استعمال میشوند چون دارای ملح معدنی از قبیل نقره و سرب هستند استعمالش صلاحیت ندارد. مخصوصاً سرب که ممکن است شخص را مسموم کند ولی بیسموت نسبتاً کم خطر است.

**ناخن** - گرفتن ناخن از بیخ باعث ریش شدن سر انگشت هامیشود. بولند گذاردن آن نیز سبب جمع شدن کثافت و میکرب است لذا گرفتن ناخن بعد اعتدال و پاک کردن زیر آنها واجب است. ناخن های دست را باید مدور گرفت و ناخن های پا را مربع. ناخن اشخاص مسلول منحنی و ناخن اشخاص نقرسی در طول آن گود میباشد.

**دهان و دندان** - بعد از هر دفعه غذا خوردن باید دهان را شست و دندانها را با پرمیغ و یا تیکه چوبی خلال نمود ولی استعمال خلال آهنی جایز نیست. هر روز صبح دندانها را باید با مسواک و خیر دندان پاک نمود. بهترین کردهای دندان کالورت کربالیک است و شستن با آب نمک و آب گرم و صابون نیز مفید میباشد جویدن قند و شکستن چیزهای سخت با دندان خرابی و کرم خوردن آن را تسریع میکند صحت دندان منوط بصحت عمومی بدن است و چون یکی از اعضاء جهاز هاضمه است باید توجه کامل در صحت و سلامتی آن نمود.

**چشم** - روزی دو مرتبه صبح و عصر باید چشمها را در آب گرم و صاف باز نمود. از قرائت و کتابت و انجام کارهای دقیق در نور آفتاب و در جلو چراغ پر نور و یا کم نور احتراز کرد و چشمها را زیاد بصفحه کار و کتاب نزدیک نبرد و هر چند دقیقه یکمرتبه از صفحه کار برداشته بمنظره دوری مانند آخت تاجملو گیری از نزدیک بینی شود و در صورت ابتلاء بنزدیک بینی

ولی برای اروپائی ضرر مادی ندارد زیرا در ممالك خود تولید میکنند اشخاصیکه در هوای سرد ونسیم دار صبح مجبورند از منزل خارج شوند برای جلوگیری از خشکی دست وصورت بهتر است در موقع خواب صورت خود را شسته وصبح از شستن آن خود داری کنند. وقتیکه دستپا خشکی کرد وترك خورد باید باهازلین چرب نمود و در موقع خواب دستکش پشمی بدست نمود.

**لباس** - ملبوس تنك بصحت خانمها مضر و برای رعایت مدنبايد بدن را در فشار داشت. مقصود از لباس حفظ تن از سرما و گرما است لذا مطابق هر فصلی باید لباس پوشید و برای شیکي نباید خود را سرما داد و مریض ساخت. خرید پارچه های نازك و فانتزی تبذیر مال است. پارچه ممکن است در عین حال فانتزی بودن بادوام باشد بنا بر این باید پارچه گران و بادوام خرید. فرانسه صحبت کردن زنان که هیچ اثری در زندگانی نمیکند و تادیه مردهای سنگین بخیاطه های اروپائی برای دوخت لباس موافق عقل نیست و ملتیرا فقیر و تهی دست میکند لذا بهتر از تحصیل فرانسه یاد گرفتن برش و دوخت لباس است. استعمال کرسٹ باعضاء درونی فشار آورده و مخصوصاً در دوره حمل بسیار مضر است و در آنحال باید شکمبند های کائوچوئی استعمال نمود.

**موی سر** - موی سر را باید در وسط هفته باصابون و آب گرم شست و هر روز با شانه دنده درشت نرم شانه کرد. آلا گارسن کردن برای نظافت و حفظ مو از پازارزیتها مفید است ولی در صورتیکه توسط خود خانم ها انجام یافته و باعث خرج هفتگی نگردد. سفیدی مو در نتیجه کبرسن و یا تاثرات وارده است و در صورت اخیر قسمتی از مو یا تمام آن در ظرف چند ساعت

سرد برای بعضی اشخاص مضر است لذا برای تعیین خوبی و بدی آن باید عضو را در آب سرد فرو برداگر بلافاصله کلدگون شد معلوم میشود مفید و اگر کبود شد و رخاوت و سستی عارض گردید دلالت بر مضر بودن آن میکند و در آنصورت باید اجتناب نمود . استحمام در آب سرد گوشت بدن را محکم مینماید ولی برای حفظ از سرما باید در آب حرکت نمود . توقف زیاد در آب جاری و زیر آبشار مضر و خون را تفریط میکند . تیغ و کیسه حمام و لیف صابون باید انحصاری باشد - شستشوی زیاد نیز پوست بدن را خراب و ایجاد فرسودگی مینماید

**تدخین** - کشیدن سیگار و قلیان و امثال آن باعث تیره شدن بشره و ضعیف شدن است مخصوصاً قبل از غذا کسداشتهها مینماید . تنباکو شخص را از سرشاری عاری و گوشه نشین و دیر انتقال میکند مخصوصاً برای خانمهای عصبانی و لاغر بسیار مضر است و در صورتیکه در جوانی تدخین نمایند آنها را از رشد و نمو لازمه باز میدارد . اشخاص معتاد و علاقه مند باید تدخین را فقط بیعد از غذا محول نمایند

**شرب** - مشروبات الکلی از هر قبیل و برای همه کس مخصوصاً برای خانمها بسیار مضر است و خوشبختانه تمایلی هم نسبت بآن ندارند . الکحل برای عصبانی مزاجان حالسم را دارد . این مشروب باعث سوء هضم و ترش شدن غذا و بیبوست و بواسیر میگردد . الکحل شخص را کربه المنظر نموده و استعداد را از بین میبرد و بطور خلاصه میتوان گفت که اثر آن در خرابی نسل بشر کمتر از سفلیس نیست . عرق شخص را محزون و لاغر میکند و شراب صورت را صاف و برافروخته مینماید و این آثار بعضی را با شتباه انداخته خیال میکنند فریبی پر خونی از شرب آن حاصل میشود

باید بکمال مراجعه و عینک استعمال نمود.

**گوش و بینی** - پاک کردن گوش باسنجاق و چوب جاروب جایز نیست و هر وقت در گوش چرك جمع شود باید قدری پنبه بر چوب کبریتی بچسبید و چرك را بیرون آورد. هرگاه جسم خارجی داخل در بینی شده و خارج نشود چنانکه در باره اطفال بسیار اتفاق افتاده باید بوسیله استنشاق انفیة از سوراخ بینی که باز است عطسه را تحريك نمود و در صورتیکه مؤثر واقع نشود سنجاق زلف را باید داخل بینی کرد و هلال آن را پشت آن جسم انداخته و ضمناً سرهای سنجاق را که در دست است بهم آورد که باین ترتیب آن جسم داخل سنجاق گیر کرده و با بیرون آوردن سنجاق خارج شود.

**پاها** - پاها را در تابستان هر روز و در زمستان سه روز یکمرتبه باید شست و در صورتیکه گوشه ناخن بکوشش پا فشار آورد باید يك تیکه پنبه لای پنجه پا گذارد زیرا بی توجهی باین موضوع باعث میخچه و بروز درد در موقع حرکت میشود و علت بزرگ شدن میخچه هم کفش تنگ است. کفش باید دارای پاشنه کوتاه بوده و پنجه در آن راحت باشد. پاها یکبار عرق میکنند باید با آب گرم و صابون شسته و در محلول اسید بوریک گذارده شوند و روزها باید قدری اسید بوریک در جوراب ریخت. در صورت سرمازدگی باید جوراب پشمی و پوتین فراخ پوشید.

**استحمام** - هفته یکمرتبه استحمام در آب گرم برای هر فردی لازم است و تأخیر در حمام رفتن چنانچه معمول بعضی خانم ها است باعث کسالت میشود زیرا ما بوسیله پوست بدن به عالم مربوط میشویم و اگر پوست مریض شود پس وجود ما مریض خواهد بود. استحمام در آب

راه رفتن تند است و بعضی که دارای قلب ضعیف اند بایستی از ورزشهای سخت و شدید اجتناب نمایند

**نظافت** — یکی از اصول صحت و تندرستی پاکیزگی است و کسالت بعضی اشخاص از عدم رعایت آنست اغلب امراض جلدی در نتیجه کثافت و عدم نظافت است. لباس باید پاک و شسته باشد و هر هفته باید اطفال را بحمام برد و آنهارا عادت بشستن دست و صورت بطور یومیه داد زیرا کثافت آنها را کریه المنظر و زشت میکند و کثیف بودن خود خانم ها باعث انزجار شوهران میشود.

**حرکت و سکونت** — کسالت غالب مردم از آنست که خود را بدرام میبرند و باید می نشینند. در موقع راه رفتن بدن باید در خط مستقیم واقع شده و سر بطرف عقب متمایل باشد و بدن بر است و چپ منحرف نشود در موقع حرکت در اماکن بی گرد و خاک باید نفس های عمیق کشید که تمام هوای ریتین خارج شود و در موقع نشستن باید قوز نکرد زیرا عمل تنفس را کند و بطلی میگرداند. حرکت در صورتیکه خیلی سریع و تند باشد ورزش مفیدی است لذا کسانی که موفق بورزش صبح نشده اند باید تند راه رفته و در راه نفس های عمیق بکشند

**منزل** — منزل باید پاکیزه نگاهداشته و هر روز جاروب شود ریختن آب های کثیف در باغچه بصحت ساکنین مضر است. در چاه مبال باید هر چند وقت یکمرتبه قدری آهک ریخت که جلوگیری از تعفن شود. آب حوض را قبل از آنکه متعفن شود باید عوض نمایند و برای جلوگیری از تولید پشه چند ماهی قرمز در آن بیندازند و یا قدری نفت روی آب بریزند آنقدر که محل منزل در صحت مداخلیت دارد بزرگی و وسعت آن ندارد لذا

در صورتیکه نه آن چاقی عضله و گوشت است و نه آن بر افروختگی از خون زیاد و نتیجه شرب آن جز اتساع معده چیز دیگری نیست

**ورزش** — اس اساس حفظ الصحه و ورزش است زیرا عمل منظم جهاز هاضمه منوط بحرکت سخت عضلات میباشد و گوشه نشینی و عدم حرکت باعث تحلیل نرفتن غذا و باز شدن دربهای امراض بسوی انسان است قدم زدن باهستگی و انجام امور خانه ورزش نیست زیرا حرکت تمام عضلات و اعضاء بدنست و بهترین ورزش ها ورزش سوئدی است و وقت مناسب برای آن صبح قبل از خوراك و در هوای آزاد است و باید بتدریج زیاد کنند بطور عموم روزی نیم ساعت برای اشخاص سمن و بکریع برای افراد لاغر و نحیف کافی است . ورزش لازمه صحت بدن و دماغ است . اسب سواری و دوچرخه سواری و فوت بال و رام رفتن تند و ورزشهای خوبی هستند در صباوت باید ورزش قلیل و متناوب یعنی مدت آن کم و دفعات آن زیاد باشد برای شاگردان مدارس ورزش لازم و رشد و نمو آنها را تسریع نموده و دماغ آنها را برای تحصیل حاضر و آماده میکند . بعضی از خانمها بواسطه ضعف طبیعی و کم خونی و عدم حرکت همیشه کسل و بدبین و عصبانی و بد اخلاق اند و برخی دچار سوء هضم نیز بوده مدام باطباء مراجعه و بواسطه استعمال ادویه مختلفه از قوای خود کاسته و روز بروز مزاج خود را خرابتر میکنند . این خانمها لازم است بدانند که دوا شفا دهنده نیست و اثر مستقیمی ندارد بلکه سلولهای خون را تقویت میکند و در واقع خود سلولها هستند که میکرب مرض را کشته و دفع میکنند و چون بوسیله ورزش و خوراك مقوی این مقصود حاصل میشود لذا احتیاجی بدواهای تلخ و بدطعم و تبذیر مال نخواهد بود . درس کمال بهترین ورزش ها

قلب میشود . صرف قهوه و کاکائو برای رفع خستگی و ادامه دادن بکار و شغل مناسب است ولی نباید معتاد بانها شد .

**آب مهروب** - آب صاف خالی از میکرب برای نوشیدن و شرب لازم است . میکرب بعضی از امراض از قبیل حصیه و کلرا و بعضی اقسام اسهال و تخمهای کرمهای معوی بوسیله آب نشر و سرایت میکند و در صورتی که مواد معدنی آب زیاد باشد تولید سنگ مثانه مینماید . در آب انبار ها باید چند ماهی قرمز انداخت و هر دفعه که آب عوض میشود مقداری نمک در آن ریخت از نوشیدن آبهای گیل آلود و بدبو و خاکشیر دار و آب سقاخانه ها باید خودداری کرد . شرب آب جوشیده در مواقعی که ناخوشی در شهر است لازم است ولی نوشیدن آن بطور همیشگی جایز نیست .

**خستگی** - خستگی در تولید امراض دخالت دارد . در اثر خستگی قوای بدن کاسته شده و مستعد ابتلاء بامراض میشود . خستگی دماغی شخص را کسل و بدبین و عصبانی میکند لذا هر وقت خستگی دماغی احساس شد تعطیل کار و تفریح و گردش لازم میشود . بی توجهی باین اصل باعث جنون و خرابی صحت است . بعد از خستگی که در اثر گردش در کوه ها و صحاری حاصل میشود باید خوراک رقیق و مختصری خورد زیرا غذای سنگین در این حال تولید سوء هضم و ناخوشی میکند .

**محل کار** - محل کار باید بی گرد و خاک و خشک و آفتات گیر و دارای هوای معتدل و تازه باشد جاهائیکه دارای این کیفیات نیستند تولید روماتیسم و سل سینه و سایر امراض میکنند .

**خواب و استراحت** - در سن پانزده شخص باید ده ساعت بخوابد و از پانزده الی بیست و پنج ساعت و از

باید در اطراف شهر و دریا محال کم جمعیت و کم آمد و رفت منزل اختیار نمود و اگر منزل مجاور باباغانی باشد بصحت نزدیکتر است. اطاقهای منزل باید بروی مشرق و مغرب باز شود زیرا این گونه اطاقها صبح و عصر آفتاب میگیرد و ضمناً از آفتاب گرم وسط روز محفوظ است.

**تنقلات** - خوردن حلوبات و آجیل و میوه جات را باید بعد از غذا هوکول نمود زیرا تناول آنها قبل از خوراك سداشتهها میکند. خانوادهاائیکه عایدات زیادی ندارند باید از خرید تنقلات خود داری نموده و خورا کهای مغذی از قبیل شیر و تخم مرغ و گوشت و روغن و برنج و نان و کره و باقلا و لوبیا و نخود اتباع نمایند. خریدن مرکبات و میوه جات از جوهی که باید معاش بومیه خانواده را اداره کنند جایز نیست زیرا این ها غذائیت ندارند.

**تفریح** - برای اشخاصیکه بکارهای دماغی اشتغال دارند روزی يك ساعت تفریح و گردش لازم است. محل گردش باید خارج شهر و در هوای آزاد قرار داده شود نه در خیابانها و محال پر جمعیت. خانمهاائیکه کارهای فکری دارند هفته يك روز باید تعطیل کرده و بخارج شهر روند و در صورت امکان و داشتن تمول ایام تابستان را در محال کوهستانی و بیلاقی بگذرانند. زندگانی در اماکن کوهستانی و باصفا مخصوصاً برای خانمهای ضعیف و عصبانی بسیار مفید و در رفع امراض آنها مؤثر است و مقتضی است پول طبیب و دوا را صرف رفتن بیلاق نموده قوای از دست رفته را بان وسیله تحصیل نمایند.

**چای و سایر مهیجات** - چای کم رنگ بعد از غذا بعمل هضم کمک میکند ولی نوشیدن چای پر رنگ و بیموقع باعث ترش شدن غذا و ضعف



شسته و نظیف شود. شستشوی مهبل در ایام حمل و غیر آن بوسیله اربکانر و پرومنکنات جلوگیری از ابتلاء باغلب امراض میکند. مردهائی که با فواحش معاشرت دارند در اثر نظافت یعنی شستشوی قضیب با ادرار خود و الکل و یا آب گرم و صابون سوبلیمه و با شستشوی مجری با پرومنکنات بلافاصله بعد از مقاربت میتوانند از ابتلاء بعضی امراض مقاربتی مصون مانند و اگر رعایت این نکته را زنان عمومی نیز بنمایند دیرتر با امراض مقاربتی مبتلا شده و از شیوع و سرایت آنها کاسته خواهد شد.

## شرح بعضی امراض و طریق معالجه آن

در تحت این فصل نگارنده بشرح و علاج برخی از امراض اطفال و اکابر پرداخته و مایل است باینوسیله خاطر قارئین محترم را بعمل و علائم و طریق مداوا و معالجه آنها آشنا و مربوط سازد تا در نتیجه اجتناب از علل و موجبات از ابتلاء بآنها مصون و محفوظ مانده و در صورت ابتلاء دستور و قواعد صحی را در رفع و علاج آنها مجرا و معمول دارند. مقصود از شرح و بیان آنها این نیست که خوانندگان را از مراجعه بطیبیب بی نیاز کند و مخصوصاً در جاهائی بخصوص لزوم مراجعه بطیبیب تذکر داده شده است ولی در اماکنی که دسترس بطیبیب ندارند میتوانند بدستورهای آن عمل کرده و در موقع بروز بعضی امراض ساده و کم اهمیت خود و یا دیگران را معالجه و مداوا نمایند. هر چند که نگارنده بشغل طبابت اشتغال ندارد ولی باندازه دارای اطلاعات طبی بوده و در تهیه شرح امراض ذیل از کتاب طبی انگلیسی استفاده و استمداد کرده و برای مساعدت و خدمت به وطنان بدرج آنها مبادرت مینماید:

این سن تایپیری شش الی هفت ساعت و در پیری باز باید ساعات خواب زیاد شود . محل خواب باید تاریك بیصدا و خنك و دارای هوای تازه باشد . رختخواب پر و زیاد نرم برای خواب مناسب نیست . زیر سر اشخاص پر خون باید بلند و زیر سر کسانی که بکم خونی مبتلا هستند باید کوتاه باشد . خواب لازمه حیات و بیخوابی قوای تحلیل میبرد . برای کسانی که کارهای دماغی و فکری دارند خواب بعد از ظهر ولو نیم ساعت هم که باشد بسیار مفید است .

**خوراك** — غذا باید دارای نشاسته و بیاض البیض و چربی و آب و نمك باشد و تمام ما کولات دارای یکی یا تمام این مواد هستند . غذای کارگران و عمله ها باغذای اشخاصی که بکارهای دماغی اشتغال دارند اختلاف دارد غذاهای دیر هضم روغن نباتات و قولات و پنیر و گوشت حیوانات قوی البجه مثل کاه و شتر هستند که فقط کارگران میتوانند هضم کنند و غذاهایی که موافق معده طبقه دیگر است عبارتند از کره و گوشت پرندگان و شیر و سرشیر و گوشت ماهی و گوشت کوسفند و بره آن . باغذا باید قدری سبزی میل نمود زیرا دارای آهن و آهن برای ترکیب خون لازم است و مواد غیر قابل هضم آن نیز بعمل مزاج كمك میکند . خوردن میوه جات مثل پرتقال و انگور و سیب و کلابی بعد از غذا از یبوست جلوگیری مینماید

**حفظ الصحه آلت تناسل** — اعضاء تناسلیه خارجی مرد و زن

محل و مرکز امراض مختلفه از قبیل سوزاك و سفلیس و برك و اگرما و خارش میباشد و برای جلوگیری از ابتلاء باین امراض نظافت و شستشوی اعضاء تناسلیه مؤثر است . در حال صحت قبل از مقاربت بازو و وجه و بعد از آن باید آلت رجولیت را شست و نظیف نمود و همینطور اعضاء اناثیه باید

در این وقت<sup>۱</sup> حال مریض بهتر شده حرارت بدن هم کم میشود و دانه هابتد ریح خشك شده میافتند در این وقت میشود بامبتلابدون ترس سرایت نزدیک شد . حمله آبله در صورتیکه شدید باشد درجه حرارت فوق العاده بالا رفته و منجر . عرك میشود و در صورتیکه سابقاً آبله کوبیده باشند حمله ثانوی چندان شدید نخواهد بود یعنی چند دانه قرمز در بدن ظاهر شده و بعد خشك و ساقط میگردند

**دندان درد** وقتی عارض شود باید ملینی خورد و صورت را با پنبه یا پشم کرم نگاهداشت و خوراك های رقیق تناول نمود و در صورتیکه ساكت نشود قدری پنبه را باید در كربليك خالص carbolic فرو برد و در کودی دندانانی که درد میکند گذارد و قدری پنبه یا کیزه روی آن قرارداد

**سردرد** در اثر جریان خون کثیف یا تهاجم خون بسریا وجود جراحت یا وصول صدمه به حجمه عارض میشود . سردرد ممکن است مقدمه تب مخمלק و یا در اثر بیبوست مزاج و سایر امراض باشد . در هر صورت نوشیدن يك فنجان چای گرم و انداختن دستمال مرطوب بآب سرد به پیشانی و استراحت در اطاق آرام و بی صدا که هوای آن معتدل باشد و خوردن يك خوراك فذاستین مفید است .

**طپش قلب** یعنی زدن قلب بطور فوق العاده و محسوس و علل آن صدمه یا غصه و الم نا کفانی یا سوء هضم و یا ترش شدن غذا و یا امراض خود قلب میباشد و علائم آن زدن قلب و بی ترتیبی شمل آن است و بعضی اوقات باندازه شدید میشود که تمام سینه مرتعش و ظاهر بدن حمله آنرا نشان میدهد و گاهی عرق در پیشانی و سر ظاهر میگردد . ضربان قلب عموماً در شب عارض میگردد که در آن حال میبایستی يك خوراك جوش شیرین

### آبله مرغان - مرضی است مسری که میکرب آن تا کنون کشف

نشده است و غالب اطفال بان مبتلا میشوند در موقع بروز آن کسالت و ملال جزئی حاصل و تب مختصری عارض میشود متعاقباً دانه‌های قرمزی در جلد ظاهر که مبدل بتاول شده و سر آنها چرك جمع میشود و پس از چند روز این تاول ها خشك شده می افتد ولی مثل آبله اثر و جاهای دائمی باقی نمیگذارند . تا وقتیکه این تاول ها خشك نشده و نیفتاده اند این مرض مسری است و بعد از افتادن دیگر سرایت بسایرین نمی کنند در مدتی که طفل تب دارد باید یکی دو روز استراحت کرده و او را از سرما محفوظ داشت شستشو در آب گرم برای سقوط تاول های خشك شده مفید است و هیچ دوائی لازم نمی شود فقط باید طفل را از خاریدن تن مانع شد و این مقصود بوسیله دستکش های بدون انگشت یا گرفتن ناخن های مریض حاصل میشود . پس از بهبودی کامل کلیه البسه و رختخواب و اسباب بازی های طفل باید ضد عفونی شود

### آبله - میکرب آن هنوز کشف نشده این مرض بوسیله هوا و

ملبوس و معاشرت سرایت باشخاص میکنند لذا دوری سایر اهل خانه از مریض آبله لازم است . سنی که عموماً مرض آبله عارض میشود از طفولیت تا سن ده سالگی است و اشخاصی که آبله کوبیده باشند نیز ممکن است مبتلا بآن شوند ولی بروز مجدد آن پس از ده سالگی است یعنی ماده آن تا مدت ده سال در وجود باقی می ماند مرض آبله عموماً در زمستان شیوع دارد و علائم آن لرز استفرغ و بالا رفتن حرارت بدن به ۱۰۳ درجه فر نهایت می باشد . تا مدت سه روز کسالت سخت عارض مریض شده و بعد از آن دانه های قرمزی در کنار موهای بدن مخصوصاً مچ دست ظاهر میشود و

برای رفع آن سالیسیلات salicylate و گمنه گمنه است - شستشو دادن گوش در موقع بروز کری مفید است و بطریق ذیل باید انجام گیرد: قدری روغن زیتون باید در موقع خواب در گوش چکانید و قدری پنجه در آن گذارد بعد صبح پنجه را بیرون آورد و در مقداری آب جوشیده که بعد معتدل گرم باشد يك قاشق چای خوری نمك طعام ریخت و لنگنی زیر گوش نگاه داشت و بوسیله آب دزدك با آب نمك مزبور گوش را شستشو داد در این حال میبایستی حوله روی شانه انداخت و سر را بالا و پائین آورد و این عمل را باید تا چند روز ادامه داد تا گوش باز شده رفع کری بشود

**ضعف** که در اثر نقصان عمل قلب واقع میشود علتش متعدد است از قبیل الم و غصه و رفتن خون زیاد از بدن و تنفس در هوای کثیف و مرض قلبی و عجله و شدت در کار و عموماً مدت آن کوتاه و قصیر است و ندره منتهی بمرک میشود. در موقع حمله آن سر مریض را باید بپستی و پاهای او را بلند نگاه داشت و دستمال تر بصورتش انداخت و ادکلان بچهره اش پاشید **فقر الدم** یا کم خونی که غالباً دختران جوان بدان گرفتارند و چهره آنها را زرد مایل بسبزی نشان میدهد بواسطه عدم هوای صاف و ورزش عضلی و عدم غذای موافق و بامرض سل و یا رماتیزم میباشد و علائم آن پریدگی رنگ صورت و بی رنگی لب ها و لثه ها و تنگی نفس و ضعف و عدم اشتها و وجود سوء هضم است در صورتیکه علت سل ربوی و رماتیزم نباشد بوسیله استراحت و زندگانی در هوای آزاد و استعمال جوهر آهن و یاک نگاه داشتن معده رفع میشود. بهترین طریقه استعمال جوهر آهن چهل قطره Tincture of perchloride تنور پرکلرید در ده شیر لیمو نداد است که باید بعد از هر خوراکی بیاشامند

Bicarbonate of soda یا بیک فاشق چای خوری (سال ولانیل) Salvolatile  
در نیم استیکان آب صرف نمود. اشخاصیکه مبتلایان مرض میباشند باید  
عمل هضم را مرتب نگاهداشته و از شرب و تندخین احتراز و بطیب  
مراجعه نمایند

**میخچه** روئیدن قسمت شاخی جلد است و علت آن فشار پی در پی  
بیک قسمتی از بدن میباشد. درین پنجه های پا که عرق زیاد میکنند  
میخچه نرمی بروز میکند برای معالجه باید آنرا با آسید سالیسیلیک  
Acid Salicylic مخلوط با کلدین collodion تدهین کرد و خیری لای پنجه های  
پا گذارد. برای رفع میخک گذاردن پادر آب گرم و سوهان کردن و بریدن  
آن نیز معمول است ولی بهترین علاج همان سالیسیلیک کلدین است  
**کروپ** انقباض عضلات حنجره است که در اثر صدمه خوردن  
آن عارض میشود این مرض در اثر سرما خوردگی پیدا شده و در صورتیکه  
مقدمه دیفتیری Diphtheria نباشد شربت ایپکا Ipecacuanha-iwne مفید  
است اما از آنجائیکه فرق مابین کروپ ساده و کروپ دیفتیری باسانی نمی-  
توان داد و شربت ایپکا برای مرض اخیر مضر است لذا احسن مراجعه  
بطیب است

**کری گوش** کری بر چند قسم است اولاً کری هر دو گوش  
در موقع ولادت که بواسطه نقص رشته اعصاب است دوم کری که در اثر  
بزرگ شدن پیاز بینی به اطفال عارض میشود سوم کری که در نتیجه  
جمع شدن چرک و فساد در گوش حاصل میشود در این حال یکی از دو  
گوش سنگین تر از دیگری و عموماً در کبر سن عارض میگردد. بهترین دوا

والدین مسلول علت مسلول بودن نمیشود همچنین معاشرت با اشخاص مسلول هم همیشه شخص را مسلول نمیکند زیرا بسیار اتفاق افتاده که فردی از اعضاء يك خانواده مسلول بهیچ وجه بمرض مزبور مبتلا نشده و جان از میان سلامت برده است. بیشتر جوانها بمرض سل مبتلا میشوند ولی در هرسنی ممکن است شخص مبتلا بآن شود و میشود گفت اغلب پیر مرد هائیکه بسر فیه دائمی گرفتارند مبتلا بمرض سل میباشند منتهی سل آنها سبک است و مهلك نیست. مرض سل بوسیله خوراك و هوا بسایرین سرایت میکنند اشخاص مسلول بوسیله تنفس و سرفه هوا را دارای میکرب سل کرده و در صورتیکه اخلاط سینه آنها بزمین و اطراف بیافند و خشك شده مبدل به گرد و جزو هوا شود بیشتر مسری میگردد. وسیله دیگر سرایت آن شیر گاو است چه بعضی گاو ها مبتلا باین مرض هستند و چون شیر آنها آشامیده شد شخص را مبتلا بسل میکند در اینصورت شیر را باید کاملاً جوشانید که میکروبهای آن کشته شود. مقدمات ابتلاء بسل ربوی متعدد است اولاً ریختن زکام بسینه که دوام پیدا کرده بهبودی نپذیرد. ثانیاً کم شدن قوای بدن که توأم با کم خونی و سوء هاضمه و نحیف شدن باشد. ثالثاً دفع ناگهانی خون از ریه. رابعاً مرض آنفلوآنزا و سیاه سرفه و غیره و علائم آن سرفه و تحلیل رفتن بدن و عرق کردن در شب و بالا رفتن درجه حرارت در خواب میباشد. مرض سل ممکن است چند ماه یا چند سال طول بکشد و در صورتیکه از ابتدا در صدد رفع و جلوگیری آن برآیند بهبودی از آن محتمل است. اشخاصی که از خانواده مسلول پیدا شده اند باید خوراکیهای مقوی خورده و در هوای باز بیرون شهر سکنی گزینند همچنین اطاق خواب آنها باید

### حمله زردابی علامت آن سردرد استفراغ و بدبختی آمدن محیط

می باشد و علت آن عیب باصره و کثرت کار مغزی و قلت ورزش است در موقع حمله زردابی شخص غذائی را که در معده است استفراغ میکند و اگر مجدداً شروع شد آنوقت محتویات معده دقایق باروده های باریک نیز با مقداری زرد اب خارج میشود. طریق معالجه آن استراحت در اتاق تاریک و نوشیدن چای میباشد و در صورتیکه پی در پی این حالت بروز کند چشم هارا باید بکمالی نشان داد و عینکی بدستور او استعمال نمود و ضمناً ورزش نمود و غذای سبک تناول کرده از قرائت در نور ضعیف اجتناب نمود. علائم دیگر حمله زردابی زرد رنگی ادرار و بیرنگی مدفوعات و سرد درد میباشد و طریقه عملی برای جلوگیری آن غذای سبک و ورزش در هوای آزاد است

### زکام - زکام بنفسه مرضی است ولی ممکن است مقدمه آنفلوآنزا

نیز باشد. دوره زکام نه روز است و در صورتیکه بیش از آن طول بکشد باید بطیب مراجعه نمود زیرا ممکن است منجر بسل سینم گردد. برای جلوگیری از زکام و رفع آن زندگانی در هوای خوب استحمام در آب سرد در صبح ها و غذای سبک سربع الهضم و لباس کافی و کفش صحیح مفید است

### سل مرض ریوی است و ابتلاء بآن بواسطه میکروبی است که معروف بباسیل

سل Tubercle bacillus میباشد این مرض یارانی است و بادر نتیجه کار کردن در اطافهای در بسته و کارهایی که متضمن استنشاق گرد و خاک زیاد و یا زندگانی در اماکن پر جمعیت باز یادی شرب یا غذای غیر مکفی یا تاو الدوزایش پی در پی بارضاع و شیر دادن زیاد پیدا میشود. بوجود آمدن از



**آنفلوآنزا** مرضی است مسری که بوسیله هوا یا معاشرت بسایرین سرایت میکند علامت آن بالا رفتن درجه حرارت بدن به ۱۰۳ درجه فر نهایت و بروز کمر درد میباشد پس از بروز مقدمه آن حالات و علامات آن فرق میکند در بعضی ها برنشیت و در برخی قی واسهال و در بعضی سر درد سخت و بیخوابی بروز میکند. مدت آنفلوآنزا غالباً کوتاه است مگر امراض دیگر نیز توأم با آن باشد در تعقیب آنفلوآنزا ممکن است مرض سل نیز بروز نماید مریض آنفلوآنزائی باید از سایرین مجزا شده و در اتاق مخصوص جای داده شود و خوراک او باید سریع الهضم و رقیق و مقوی باشد که در هر دو ساعت یکمرتبه در روز و هر چهار ساعت یکمرتبه در شب باو بخورانند و تا مدتی که بدن بحرارت طبیعی خود نرسیده بر مریض استراحت در رختخواب فرض است و در صورتی که استفراغ زیاد عارض مریض شود خوراکیهای پیتن دار باید باو بدهند.

**برنشیت** ممکن است موقتی یا دائمی و همچنین تنهها بوده یا مقدمه مرض دیگر باشد این مرض عبارت از ورم پوست داخلی حنجره است و علامت آن احساس خشکی و خشونت در بالای سینه و سرفه که در ابتدا خشک و کم و بعد دارای اخلاط است میباشد برای رفع باید در اتاقی که درجه حرارت آن ۶۰ درجه در زمستان و ۶۵ درجه فر نهایت در تابستان باشد استراحت نمود و هوای آن را بوسیله آبی که در حال جوشیدن باشد مرطوب نمود و مخصوصاً در صبح ها مواظبت کرد که اتاق سرد نشود و حرارت آن کم نگردد و خوراک مریض میباشد سبک و زود هضم باشد. این مرض در صورتیکه در جوانان بطول انجامد ممکن است منجر بسل ربوی شود لذا در اینحالات باید بطیب مراجعه کرد. اشخاص مسن

دارای هوای تازه و صاف باشد و شغل آنها نیز سبک باشد و کثیف و متضمن  
تنفس در هوای گرد و خاک دار نباشد اینگونه اشخاص نایبند از شرب  
مشروبات الکلی اجتناب کنند برای معالجه سل اجتناب از شرب و زندقه گنی کردن  
در هوای آزاد و خوردن خوراك های مقوی پرچربی و استراحت زیاد  
مفید است . مبتلایان باین مرض باید در اطاق مخصوص بخوابند و شب  
کلاهی که سر و کردن آنها را بپوشانند در موقع خواب بسر گذارند و اخلاط  
سینه را فرو نبرند بلکه آنرا در تیکه نمدی دفع و بعد آن تیکه نمد را بسوزانند  
یا ضد عفونی نمایند . اطاق مسلولین هر روزه باید با پارچه مرطوبی گرد  
گیری شود و همینقدر که بهبودی در حالت آنها مشاهده شد باید شروع به  
ورزش کرده و بتدریج زیاد کنند . موت از مرض سل عموماً پس از  
خستگی فوق العاده یا حزن ناگهانی یا دفع خون زیاد از ریه واقع میشود  
بواسیر در نتیجه بزرگ شدن ته ورید های مقعد است که در  
اثر جمع شدن خون در قسمت سفلی معاء غلاظ و عدم جریان معمولی  
آن در این قسمت حاصل میشود و بعد این غده ها بزرگ شده داخل مقعد  
میشوند و بعضی اوقات در موقع عمل مزاج بیرون میابند که در اینصورت  
باید شستشو داد و با پارچه که روی آن وازلین مالیده شده باشد آن ها  
را بملاحت بجای خود گذارد و در صورتی که خون زیاد جاری شود باید  
بوسیله انجکسیون قبض کننده از جریان خون جلو گیری و بواسیر را  
بهازلین Hazeline ندهین نمود - در موقع حمله بواسیر از نشستن در روی  
صندلی یا چهار پایه باید پرهیز و در رختخوابی استراحت کرد و غذاهای  
سبک و رقیق خورده و داخل مقعد را با بلادنا و گلسیرین چرب نموده و  
در صورتی که زیاد بزرگ باشد باید برای عمل بطیب مراجعه کرد

کیسه پر از یخ روی شکم او گذاشت و مریض را وادار بمکیدن مقدار کمی یخ نمود

**سرگیجه** در صورتیکه بواسطه نگاه کردن از بلندی زیاد بیستی نباشد علت سوء هضم و بیترتیبی عمل معده و کم خونی است

**سکسکه** بواسطه صدمه خوردن معده است و برای رفع آن باید کمی آب سرد نوشید و نفس را نگاهداشت و در صورتیکه باین وسیله رفع نشود باید يك قاشق جوش شیرین در يك فنجان آب میل نمود سکسکه در دوره ناخوشی طولانی قابل توجه است و در آنحال باید بطیب مراجعه نمود

**خمیازه** - علت و مقصود حقیقی خمیازه معلوم نیست . غالباً در حال استماع نطق های مفصل و ادبی و مشاهده خمیازه کشیدن دیگران و بعد از رفتن راه زیاد و یا فوتبال خمیازه عارض میشود . توقف در اطاق های مرطوب و بد هوا خمیازه میاورد و وقتی که پی در پی و مدام عارض شود دلالت بر کم خونی و خستگی اعصاب میکند

**عطسه** - عطسه غالباً در اثر سرما خوردگی عارض میشود ولی ممکن است مقدمه سرخك و آنفلوآنزا باشد . استنشاق بخار آب جوش و کافور در هر حال مفید است و در صورتیکه ادامه پیدا کند دلالت بر بی ترتیبی عمل هضم کرده و در آنصورت دواي مقئی علاج آن را مینماید

**خرخر کردن** - خرخر کردن اطفال در خواب بواسطه بسته بودن منخرین است که باید بطیب مراجعه نمود و خرخر کردن اکابر در نتیجه بر پهلو خوابیدن و بستن دهان بوسیله چانه بند و تنفس از راه بینی رفع میشود

**مارگزیدگی** - اسع مار بواسطه صدمه زدن بسلسله اعصاب انسان

عموماً به برنشیت دائمی گرفتارند. اشخاصیکه در هواهای مختلف زندگی نموده اند برای جلوگیری از ابتلاء باین مرض باید لباسهای پشمی در زیر لباس روئی بپوشد و مخصوصاً سینه را گرم نگاهدارند

**قرش شدن غذا** - قرش شدن غذا در معده يك نوع سوء هضم است که بواسطه تولید اسید در معده عارض میشود علائم آن سوزش قلب و نفخ شکم و آمدن آب تلخ بدهان از معده است برای رفع آن باید يك قاشق چای خوری جوش شیرین Bicarbonate of soda در يك فنجان آب صرف نمود.

**جوش صورت** - عموماً در صورت جوانان جوشهایی که سر آنها سیاه است ظاهر میشود و در صورتیکه فشار داده شوند يك جسم سفید گرم مانند از آنها بیرون میآید. برای رفع آن باید صورت را دو سه مرتبه در روز با آب گرم و صابون شست و با ممزوج يك قاشق چای خوری پرسیمپیتات دسفلر Percipitate of Sulphur و يك قاشق چای خوری نمنور کافور tincture of comphor و يك قاشق چای خوری کلسیرین و هشت قاشق کلاب تدهین نمود

**ضعف میچ پا** - بواسطه بیقوه بودن این قسمت بدن است که در اثر آن پی در پی در موقع حرکت پا کج میشود برای رفع آن باید روزی چند مرتبه از پله ها بالا و پائین رفت و جست و خیز زیاد نمود و از ایستادن زیاد پرهیز کرد و برای جلوگیری نباید متوسل به پوتین و نیم چکمه کرد

**فی سومی** - بواسطه پاره شدن یکی از رگهای معده است و تا آنکه طبیب برسد مریض را باید روی نیمکت یا زمین آرام نگاهداشت و يك

دریاچه ها و اصطلاح های مجاور شهر ها را خشك کرده و با نطف روی آنها میریزید. اشخاصی که در اماکن باطلاقی و مالاریائی سکنی دارند بایستی شبها پنجره های اطاق خود برای منع ورود پشه تور بیا ویزند و بعد از غروب آفتاب از اطاق خارج نشده و در پشه بند بخوابند. علاج مالاریا کهنه کهنه است و چون مبتلایان محلی که در آنجا مالاریا وجود ندارد مسافرت نمودند بواسطه داخل نشدن میکربهای جدید ببدن و مردن میکرب های سابق که در اثر خوردن کهنه کهنه حاصل میشود شفا مییابند

**غشی -** غشی عبارت از حرکات شدید و بلااراده است که در آن حال انقباض و انبساطی در عضلات پیدا شده محکم و سخت میشوند. علل غشی صدمه خوردن سلسله اعصاب و جریان خون کثیف بمغز یا صدمه خوردن خود مغز هیباشد و بنا بر این دندان در آوردن اطفال و خوراك های غیر قابل هضم یا کرمهای معوی یا بودن سنجاق در لباس طفل باعث حمله مزبوره شده و در موقع بروز باید طفل را در آب گرمی که خردل داشته باشد نگاه داشت باندازه که احساس مور مور دردست پرستار شود و در صورتیکه مراجعه بطیب ممکن نباشد میبایستی متعاقباً ملینی بطفل خورانید

**گوش درد -** گوش درد در اثر بیرون آمدن دندان عقل یا مجروح شدن قسمت داخلی یا خارجی گوش است و در صورتیکه در نتیجه معاینه عیبی دردندانها رؤیت نشود یکه قطره کلسیرین کرم و یا یکه قطره از ممزوج کربالیک با سی مقابل کلسیرین و بالدانم مخلوط بهشت برابر کلسیرین باید در گوش چکانید و اگر درد ساکت نشود و یا ساکت شده ولی جریان ماده ادامه پیدا کند آنوقت مراجعه بطیب لازم میشود و در صورتی که

یا حیوان را هلاک مینماید وقتی که مار شخصی را بزند باید ریسمانی نزدیک بزخم مابین قلب و عضو گزیده شده بست و باین وسیله از جریان خون زهر آلود بقلب ممانعت نمود. زهر را بوسیله مکیدن ممکن است از بدن خارج کرد ولی برای شخصی که مکیدن را عهده دار میشود همیشه بیخطر نخواهد بود خصوصاً وقتی که ترك در لبها موجود باشد در موقع مکیدن باید احتیاط کرد که زهر داخل در معده نشود و فوری آب دهان را خارج و دهان را شست و آنگاه موضع مار گزیده را با امانیاك مخلوط باب شسته و مریض را گرم نگاهداشت و مشروبات مهیجه بار نوشانید و طبیبی را احضار و سرم ضد زهر استعمال نمود. در صورت وجود قوت قلب مار گزیدگی غالباً بی خطر است و ضعف و بی حالی بعضی از اشخاص در این حال در اثر خوف و ترس است

**فروزیته** -- عصبانیت و کج خلقی بعضی اشخاص ارثی است و این گونه مردم اگر رعایت قواعد صحی را نمایند عموماً فعال و چابک میشوند عصبانیت عارضی نتیجه بیخوابی و اشتعال زیاد و شرب الكل و تدخین تنباکو و شرب چای و عدم هوای آزاد و وجود بیبوست است و در هر حال باید علت را جست و در صدد رفع آن برآمد و بعضی دوا ها از قبیل آرسنیک برای تخفیف عصبانیت تجویز شده اند

**مالاریا** - تب نوبه در اثر میکروبی است که بوسیله پشه مخصوصی نشر و باشخاص سالم سرایت میکند. این نوع پشه خون مریض مالاریائی را مکیده و چون بدن شخص سالم نشست میکرب مالاریا را با آب دهان خود داخل خون او نموده و باین ترتیب مرض مزبور را نشر میدهد و چون این قسم پشه در باطلاقها و آب های راکد تولید می شود از اینرو

میگردد که در نتیجه قسمتی از معز خراب و فاسد میشود. جمع شدن ماده کچی در دیوار شریان باعث ترد شدن آن میشود و وقتی که شخص دارای قلب فعال و قوی بود آنوقت این عارضه رخ میدهد و کسانی که مستعد ابتلاء بآن هستند اشخاص مسن و پرکار و نقرسی و بداخلاق اند.

سکته غالباً پس از خوردن سنگین و در حین خشم عارض میشود و علائم آن بیهوشی و بیحالی طولانی است و در آنحال تنفس پرصدا و قوه هاسکه سلب شده بول و غایط بالا راده خارج میشود و نصف بدن محکم و سخت و نیم دیگر سست و لخت میشود. در صورتیکه بهبودی پیدا شود مریض قسمتی یا تمامی مشاعر خود را دوباره پیدا کرده ولی نصف بدن فلج میشود آنگاه بازودتر از بازو و بازو زودتر از دست شفا می یابد و حرکات دقیق دست که در اثر تعلیم و تربیت پیدا شده اگر بر گردد متعاقب بهبودی سایر اعضاء خواهد بود و در صورتیکه قسمت راست بدن فلج شود در تکلم و نطق مؤثر خواهد بود. بعد از عارضه سکته حرکات چشمها مرتب و توأم و طرف فلج شده دارای حس خواهد بود و پس از گذشتن دو ماه از تاریخ سکته مریض بکمک عصائی قادر بر راه رفتن میشود.

و قتی که سکته عارض شود باید بقره مریض را باز کرد و سرش را بلند نگاهداشت و بطلی آب گرم بپاهای او گذارد و برای آنکه پاها نسوزد باید بطلیها را در ماهوت پیچید و مریض را بر بیلو خوابانیده و ۳۲ سانتیگرم کلمل زیر زبان او گذارد و بهیچوجه مهیجی با او نباید داد. جلوگیری از عارضه سکته در اثر پاک نگاهداشتن امعاء و محدود کردن شرب الکل و خوراک و خود داری از حرکات شدید و خشم حاصل میشود.

**بدبوئی دهان** - تعفن نفس ممکن است در اثر عدم صحت دندان

ماده فقط از يك گوش جاری شود دلالت برداخل شدن جسم خارجی بگوش میکند که از بیرون آوردن آن غفلت شده . اگر چیزی داخل گوش شود از قبیل منجوق و غیره باید گوشی که آن چیز داخل شده بطرف پائین نگاهداشت و بگوش دیگر زد ولی همیشه از این عمل مقصود حاصل نمیشود و در آن صورت باید بشستشوی گوش با آب دزدك بنحویکه در تحت عنوان کری گوش شرح داده شده پرداخت و اگر آنها هم بی ثمر واقع شد مراجعه بطیبب لازم میشود ولی باید دانست اگر جسمی که داخل گوش شده حبوبات از قبیل نخود و ماش باشد شستشو مضرات زیربواسطه رطوبت متورم و بزرگتر شده اخراجش مشکلتر میشود و همینطور استعمال سنجاق زلف و امثال آن برای بیرون آوردن اجسام از گوش خطرناک میباشد زیرا ممکن است بطلیل گوش صدمه زند . حشرات وقتی که داخل گوش شوند از پرده طبل جلو تر نمیروند ولی بواسطه فشاری که پرده مزبور وارد میاورند بگوش درد سخت عارض میشود و چون حشرات تنفس میکنند لذا برای خفه کردن آنها باید گوش را مملو از روغن زیتون و لدانم کرد و قدری پشم بدرب گوش گذارد و پس از یکساعت پشم را بیرون آورده و برای آنکه جسم حشره خارج شود باید بوسیله آب دزدکی شروع بشستشو با آب نمک نمود و اگر مؤثر واقع نشود باید بطیبب مراجعه نمود . خوردن بعضی دوا ها از قبیل کمنه و سالیسیلات باعث صدا کردن گوش میشود و اشخاص مجنون که گوششان صدا میکنند درد ماغشان تعبیر بصدای دوستان و دشمنان شده و با آن را آواز ارواح پلیده و با خیر می پندارند

سکته - سکته بواسطه پاره شدن شریان ورید یختن خون بد ماغ عارض



طول نکشیده و پس از آن شخص بهوش میاید ولی اگر حمله پی در پی عارض شود خطرناک و منجر بحلاکت میگردد. پس از حمله صرع گاهی جنون موقتی عارض و در آنحال ممکن است مصروع مرتکب جنایات شود. در حال حمله باید سعی کرد مریض خود را صدمه نزند ولی ترسی از صدمه زدن بدیگران نباید داشت. در موقع حمله باید تکه های لباس را باز کرد و سروپاها و بازوهای مصروع را سخت نکاهداشته بزمین فشار داد و دسته مسواک یا چوب پنبه و یا سنگی را در دستمال پیچیده و مایل دندان ها گذارد که باینوسیله جلوگیری از جویدن زبان شود. اشخاص مصروع باید توجه مخصوص بجهاز هاضمه خود داشته از شرب پرهیز نموده در خارج شهر سکنی گزینند و مشاغل آنها باید از قبیل گل کاری و باغبانی باشد و روی آتش خم نشده و بجاهای مرتفع نروند و تنها نمازند و در صورتیکه حمله پی در پی واقع شود باید بدستور طبیب (رومید) مصروع داد ولی چون این دوا شخص را مهمل و کسل و صورت را یف آلود میکند لذا در صورتیکه حمله صرع شش ماه یا سه ماه یکمرتبه واقع شود مرض را باید ترجیح باستعمال دوائ مزبور داد. در صرع قوای دماغی غالباً محفوظ میماند و بعضی از مصروعین ژنی و نابعه میشوند چنانکه ناپلیون و قیصر روم و برخی از انبیاء مصروع بوده اند.

**ضیق النفس** مرضی است که توأم با حمله های تشنجی و تنگی نفس است و در طفولیت یا در کبر سن عارض و غالباً با امراض دیگر از قبیل برنشیت یا مرض قلب همراه میباشد و در صورت عدم مرض دیگر دلالت بر اختلال عصبی خانواده میکند که شخص از آن پیدا شده. مقدمات ضیق النفس مختلف و غالباً شبیه بمقدمات حمله زردابی است و بیشتر در

و حلق و یا معده باشد و در بعضی اطفال از دخول يك جسم خار جی به بینی و ماندن آن در آنجاست و در صورتی که تعفن نفس از خرابی لثه و دندان و یا حلق باشد شستشوی دهان با ممزوج ذیل نافع و در رفع آن مؤثر است: تنور مرمرکی ۲۰ قطره Tincture of myrrh گلسیرین بر اکس ۴ گرم آب ۲۹ گرم

**صرع** - صرع یا سرسام مرضی است که توأم با ضعف و غشی است در صرع خفیف بیهوشی و حرکات بلا اراده عارض شده ولی شخص بزمین نمیخورد ولی در صرع شدید حمله باز مین خوردن توأم است. علل ابتلاء بصرع شرب و سیفیلیس یا معتاد بودن والدین بالکل و یا ضغطه بسر و یا پیداشدن از والدین مصروع است و سنی که در آن ابتلاء بصرع متحمل است از طفولیت الی پانزده است ولی ممکن است تا شصت سالگی نیز مبتلا بان شوند و چهار مرحله دارد اول مقدمه دوم شدت سوم غشی چهارم بیهودی. در دوره مقدماتی احساساتی که دلالت بر عارضه صرع میکنند در شخص پدیدار گردیده و فرصت کاملی برای او در آماده کردن خود برای حمله موجود است ولی در مراتب دیگر این فرصت مفقود و حمله دفعه عارض شده و در آنحال مصروع ممکن است در آتش افتاده بسوزد و یا در آب غرق شود. علائم مرض در دوره اول عبارتست از دوار و سرگیجه و صدا کردن گوش و آشوب معده و جستن برق از چشم و هجوم افکار جنون آمیز و در آنحال مصروع بازوی خود را بلند کرده فریاد میزند و بعقب رفته و یا بدور خود میچرخد. در مرحله دوم عضلات ممتد و تنفس مشکل شده مریض مفاصل خود را جمع و دراز کرده زبان را بیرون آورده و تو میبرد و دهان بسته و باز و سر زبان جویده شده ادرار و غایط از او دفع میشود و این حالت بیش از دو دقیقه

در روز بروز سرخك حرارت بدن به ۱۰۲ الی ۱۰۳ درجه فرماید  
 رسیده و در روز دوم حرارت یائین آ آمده بهبودی در حال مریض مشاهده  
 میشود ولی روز سوم مجددا حرارت زیاد شده و تا روز پنجم بیک حال  
 باقی میماند و آنکاه در عرض سی و شش ساعت بتدریج حرارت یائین  
 آمده و طبیعی میشود و مریض بهبودی حاصل میکند و در صورتیکه تا روز  
 دهم حرارت بدن طبیعی نشود دلالت بوجود امراض دیگر از قبیل  
 ذات الریه و اسهال میکند و ذات الریه در اثر جوشهائی است که از دهان  
 و بینی به قصب الریه و خود ریه ممتد میشود و در صورتیکه منخرین موقع  
 تنفس فراخ و تنفس با عجله و صدا ضعیف گردد بوجود آن باید مظنون  
 شد و فوری بطیب مراجعه نمود. مریض سرخکی را باید از سایرین  
 سوا کرد و در اطای مخصوص که هوای آن گرم باشد جای داد ولی خود  
 مریض را نباید زیاد گرم نگاهداشت زیرا خطای محض است. لباس طفل  
 سرخکی بایستی ماهوت بوده و تا دو روز بعد از یائین آمدن درجه  
 حرارت بدن از رختخواب خارج نشود. در حال مرض غذا باید  
 شیر مخلوط باب جو و گوشت و تخم مرغ خام زده شده باشد و برای آنکه  
 طفل مبتلا باسهال نشود باید میوه و لیموناد بحد اعتدال خورانید و از همین  
 نقطه نظر مسهل هم باید با احتیاط داده شود. دوائ سرخك عبارت  
 است از مروج يك و نیم قاشق چای خوری با هشتاد قطره کربنات دوا مانیا  
 Carbonate of ammonia و ۲۹ گرم شربت ایدیکا Ipecacuanha wine  
 و ۱۲۶ گرم گلسیرین و ۳۴۸ گرم آب مقطر. در صورتیکه طفل سنش  
 کمتر از دو سال باشد باید از مزوج فوق هر چهار ساعت یکمتر به يك قاشق  
 چای خوری باو نوشانید و در صورت بزرگتر بودن سه قاشق کافی است

شبها عارض میگردد و در آنحال نفس تنگ شده و حرکات جهاز تنفس بمنتهای شدت خود میرسد و با وجود تمام مساعی برای نفس کشیدن هوای مختصری داخل ریهین شده و کمتر از آن خارج میشود و نفسهای طولانی و پر صدا و صورت کبود شده عرق میگذارد و سر انگشت ها سرد گردیده و نبض سرعت میزند و پس از سرفه زیادی شخص با حال خستگی بخواب میرود. مدت حمله آن از چند دقیقه الی چند ساعت است و ممکن است در یکشب چندین مرتبه عارض شود. علاج آن باختلاف امزجه فرق میکند بعضی دواها از قبیل یکخوراك سال ولاتیل sal volatile و استنشاق دود کاغذ شوره Nitre paper یا شوره مخلوط با کرد استرا مونیوم Stramonium powder مفید است ادویه اخیرا ممکن است بشکل سیگار بکشند و یا آنکه در ظرفی سوزانیده دود آنرا استنشاق کنند. تعیین چیزهاییکه حمله ضیق النفس را تحریک میکند منوط بتجارب شخص است و آنها عموماً بیوست و فکر زیاد و خستگی دماغ و خوراك سنگین بطی الهضم میباشد. **سرخك** - سرخك مرضی است که میکرب آن باشخاص سالم بوسیله معاشرت و ملبوس و اسباب بازی مریض سرخکی سرایت میکند و غالباً اطفال باین مرض مبتلا میشوند و مخصوصاً در بهار شایع است و چون یکدفعه عارض شد در آتیه طفل از آن مصون میماند ولی اطفالی دیده شده که دوسه مرتبه بان مبتلا شده اند. علائم آن در ابتدا جریان آب از چشم و دماغ و عطسه و سرفه است و بعد از آن در مدت سه روز تا اولها یا جوشهای کوچک قرمز و یا تیره رنگ در پشت گوش ظاهر میشود و این تا اولها بزرگ شده بیکدیگر متصل و لکه هالالی شکل تشکیل میدهند و آنگاه در عرض یک هفته شروع بخشك شدن و سقوط کرده و جای آنها در بدن میماند.

این مرض مسری است . غمّلك در صورت ضعیف بودن کم رنج و در دامت و در حال شدت با امراض دیگر از قبیل ورم گلو و جریان ماده لزکوشها و ورم کلیه توأم است . مریض غمّلكی بهتر آنکه مریضخانه برده و تا سه هفته در آنجا نگاهداشته شود و در صورتیکه مریضخانه در محل نباشد و دسترسی هم بطبییب نداشته باشند باید نکات ذیل را مد نظر قرار داده اجری نمایند: ۱ - هوای اطاق مریض را هر چند ساعت یکمرتبه تجدید نمایند . ۲ - مریض را باید تا روز دهم در رختخواب بخوابانند و وقتیکه درجه حرارت بدن طبیعی شد او را با آفتاب رو برده و بحال خود گذارند ولی هر چند ساعت یکمرتبه باید استراحت نماید . ۳ - شیر را با سیفون مخلوط کرده هر چهار ساعت یکمرتبه در شب و هر دو ساعت یکمرتبه در روز باو بنوشانند و در صورتیکه اظهار تشنگی کند آب یالیموناد باو دهند ولی شیر دادن را باید بفواصل مذکوره در فوق منحصر نمایند و پس از آنکه حرارت بدن طبیعی شد تخم مرغ و نان و شیر و کره و پنخ در بهشت نیز میتوان مریض داد و پس از چندی گوشت ماهی و بعد گوشت گوسفند باید باو بدهند و در آنوقت نارنج و انگور نیز مفید خواهد بود . ۴ - اگر مریض دارای باغی است بعد از سه هفته باید او را بیرون برده و در آفتاب بنشانند و در صورت عدم آن باید در تمام مدت مرض در اطاق خود متوقف بوده خارج نشود . ۵ - پس از آنکه حرارت بدرجه طبیعی رسید دوشب در میان میتوان مریض را بحمام گرم ببرند که پوست انداختن تسریع شود ولی دقت کامل باید کرد که سرما نخورد و وقتیکه حرارت به ۱۰۴ درجه فر نهایت رسید استحمام در آب نیم گرم برای ده دقیقه و هر چهار ساعت یکمرتبه لازم است . ۶ - در صورت شدید بودن مرض قدری پشم باید بقلمی محکم

مریض سرخکی را باید از نور زیاد محفوظ داشت و برای این مقصود باید اطاق تاریک باشد و چراغ را در شب نزدیک چشم او نبرند و در مدتی که تب شدید است باید در حمام گرم طفل را شستشو داد و وقتی که بهبودی حاصل شد او را بافتاب رو برده و قبل از رفتن بمدرسه در خارج شهر گردش دهند و برای تحصیل قوای از دست رفته مالت ماهی یا روغن ماهی باو خورانند

**مخملک -** مخملک مرضی است که میکرب آن در نتیجه نزدیک شدن و معاشرت با مریض و ملبوس او سرایت میکند ولی نشر آن بوسیله هوا فقط تامسافت کمی است. این مرض در اواخر پائیز شیوع دارد و در موقع بروز آن سردرد یا گلو درد و با استفراغ و یابرسه آنها ظاهر میشود و چون این حالات در طفلی مشاهده شود باید او را در اطاقی مخصوص جای داده از سایرین سوا نمود. در روز دوم در ظرف چند ساعت نقطه های قرمز روشن رنگ نزدیک بهم در بن کردن و بالای سینه و بعد در تمام بدن و غالباً باستثنای کف دست ها و پاها ظاهر میشود و در کشهای ران و زیر بغل بخصوص بکثرت دیده میشوند و صورت بواسطه پیریدگی رنگ اطراف دهان برافروخته بنظر میرسد و زان را پوست سفیدی مستور نموده و جوش قرمزی باندازه سر سنجاق در نوک آن دیده میشود. بعضی ها سوء هضم و بروز جوشهای معمولی و جوشهای سرخک را مخملک تصور میکنند ولی در هر حال سوا کردن مریض از سایرین تا پدیدار شدن آثار یقینیه لازم است. در تب مخملک نبض تند زده و حرارت بدن بالا میرود و در روز پنجم و ششم تخفیف یافته و پوست از گردن و گوشها شروع بعوض شدن میکند و در عرض شش الی هفت هفته تمام پوست بدن ریخته و نپیدید میشود و در این مدت و مدتی که ماده از دماغ و گوشها خارج میشود

نمود والا ممکن است در اثر قصور قلب و تشنج و قطع شدن ادرار مریض فوت کند و برای آنکه مخملمک توأم با مراض دیگر نشود باید گفت که هوای آزاد و تازه بهترین وسیله جلو گیری است و این نکته است مهم و در مرض مخملمک هیچگاه نباید از نظر دور داشت .

**سیاه سرفه -** سیاه سرفه مرضی است مسری که اطفال غالباً بدان مبتلا شده و بواسطه نوع سرفه شناخته میشود . آثار آن سرما خوردگی جاتیب خفیفی در مدت ده روز است و اتفاقاً در عرض این مدت بسیار مسری است و بعد از ده یا چهارده روز سرفه های کوتاه پشت سرهم بدون آنکه نفس در بین آنها کشیده شود عارض و بالاخره با صدای سوت مانند هوا داخل ریهین شده متعاقباً استفراغ رخ میدهد . در ابتداء حمله طفل ترسان بطرف مادر و یا پرستار خود دویده و آستین او را میچسبد و رنگ او پریده و حالت خفقان عارض او میشود امراض دیگری که با سیاه سرفه گاهی توأم میشود سل سینه و ذات الریه است و مدت سیاه سرفه مختلف ولی حد اکثر آن شش هفته است و تا وقتی که سینه خس و خس میکند مسری است . در حال سیاه سرفه طفل باید از سایر اطفال سوا شده و در اطاقی که از حیث آفتاب و هوا خوب باشد استراحت نماید و مخصوصاً خوابیدن در ده روزه اول سیاه سرفه برای طفل لازم است و خوراک او باید سبک و سریع الهضم باشد و باید پس از رخ دادن استفراغ داده شود و هیچ دوائی بدون تجویز طبیب نباید داد و پس از بهبودی بایستی طفل را بگردش برد

**خناق -** در مرض خناق اکسیژن خون بسرعت بمصرف رسیده و از اینرو خون سیاه رنگ و صورت مریض آبی و بعد تیره میشود . در آن

پیچید و در کلسیرین که یکمقابل آب بان مخلوط شده باشد فروبرد و هر دو ساعت یکمرتبه با آن گـلورا پاك و هر دفعه پشم را تجدید کرد و تیکه پشم مستعمل را فوری سوزانید . ۷ - اگر گرفت متورم شود باید قدری پشم روی ورم گذارد و بادستمالی آنرا بست . ۸ - اگر گوش درد عارض شود هفت مثقال روغن زیتون با یکم مثقال لدانم باید مخلوط کرده و هر چهار ساعت یکمرتبه چند قطره از آن در گوش چکانیده و گوش را در پارچه بست و در صورتیکه ماده از گوش خارج شود باید قدری پشم زیر گوش گذارد و روزی دو مرتبه آنرا تجدید کرد و گوشه‌ها را با آب نمك خفیف کرم بوسیله آبدزکی روزی دو مرتبه شستشو داد و جریان ماده غالباً تا چند هفته ادامه دارد و در بعضی کرى موقتی نیز عارض میشود - ورم کلیه در غمك اگر چه خفیف و سبك باشد قابل توجه است و بیشتر در هفته سوم و چهارم عارض میشود لذا ادرار مریض را باید در کیلاسی ریخته و در آفتاب امتحان نمود و در صورتیکه درد قرمز و با آجری رنگ ته نشین کنند بوجود آن باید مظنون شد و اگر ادرار دودی و یا رنگ شراب شود چاره جز مراجعه بطبییب نخواهد بود و در آنصورت باید لباس ماهوت بتن مریض کرده و او را با استراحت واداشت تا آنکه ادرار برنك طبیعی برگردد و در صورت خفیف بودن آن باید خوراك زیاد و آب زیاد داد و الكل بهیچوجه نباید نوشانید و در صورت حدت و سختی یعنی شرابی رنگ بودن باید غذای مریض شیر و آب بوده و هر چهار ساعت یکمرتبه ضماد بزرک بکـشهای ران او انداخت . سایر علائمی که دلالت بر وجود ورم کلیه میکنند عبارتند از رنگ پریدگی و استفراغ و نفخ صورت و میج پا و کم و زیاد شدن درجه حرارت بدن و در این حالات باید بدستور فوق عمل



مهم آن معوی و کلیوی و زردابی است قسم اول در اثر صدمه خوردن  
معاء دقاق قسم دوم در نتیجه گذشتن سنك از کلیه بمثانه و قسم سوم در  
اثر گذشتن سنك از غده زرداب بمعاء دقاق است . علائم قولنج در هر سه  
قسم یکی و آن عبارت است از درد سخت ناکهانی شکم که توأم با عرق کردن  
پیشانی و سردی پنجه ها و استفراغ است و در آن حال مریض روی زمین  
غلطیده و از درد و الم ناله و بیثباتی میکند و برعکس ورم سفاقی وقتی  
بشکم فشار آورند ساکت میشود . قبل از رسیدن طبیب ممکن است مریض  
را با پنج سیر روغن زیتون که ۱۰۴ درجه فرانه است گرمی داشته باشد  
اماله نمود و ضماد بزرك روی شکم او انداخت . نقاشان بواسطه استعمال  
سرب گاهی گرفتار قولنج معوی میشوند و حفظ از ابتلاء بآن در اثر  
شستن دستها با آب گرم و صابون قبل از صرف غذاست . دواي قولنج  
خوردن يك خوراك روغن كركچ مخلوط باده قطره لدانم و اماله روغن  
زیتون و طلايه كردن ضماد بروی شکم است .

**نقرس** - نقرس مرضی است که در آن حال خون دارای املاح  
قلیائی و اسید یوریک میباشد و چون املاح مزبور در اثر سستی و ضعف  
جریان خون در رگها ته نشین کرد آنگاه در نقاطی که جمع شده ورم تولید  
میشود . نقرس موروثی و یا در اثر پر خوری و افراط در شرب و مسموم  
شدن از سرب است و سن ابتلاء بان غالباً پس از سی است ولی ابتلاء بان  
قبل از سن مزبور در اثر مسمومیت از سرب است و در حالت حاد در  
شب ظاهر و در آنحال شست پا درد شدیدی گرفته صبح پنجه پا قرمز  
و شفاف و پوست آن ترد و نازك میشود و تمام پا ورم میکند و فردای آن  
آثار مزبور در سایر مفاصل بدن خصوصاً انگشت ها و میج دست و کف دست

حال مریض برای تنفس خیلی کوشش میکند و قلب بشدت میزند و رنك آبی مریض بخاکستری تبدیل شده و متعاقباً تشنج ساکت و بیهوشی عارض شده و اگر مانع تنفس برطرف نشود پس از پنج دقیقه مرگ رخ میدهد.

**آپاندیسیت** - در معاء غلاظ باروده های کلفت برآمدگی موجود است که بانتهای آن کیسه کرم مانند متصل و این کیسه جسمی است سفید رنك و دارای سه کره طول و باندازه دهانه آن تنك است که فقط سوزن خیلی باریك بآن داخل میشود و چون دست بچیب راست شلوار خود کنیم انگشت های ماروی آن واقع میشود. در داخل این عضو خلط یا ماده تولید که بمعاء غلاظ جاری میشود و چون دهانه آن مسدود گردد خلط مزبور جمع و خشك شده جسمی شبیه بحصه آلبالو تشکیل میدهد و از اینرو بعضی ها گمان میکنند حصه آلبالو و یا حصه انار از معاء غلاظ داخل آن شده در صورتیکه دخول این قبیل چیز ها چنانکه فوقاً ذکر شد محال است. همینقدر که خلط جمع و خشك شد و آن جبهه را تشکیل داد کیسه مزبور متورم شده و اگر در عرض دو سه روز رفع نشود دملی را تشکیل خواهد داد که پیرده سفاق سرباز کرده و ورم سفاق تولید میکند و علائم آن استفراغ و درد در اطراف ناف و لرز و بالا رفتن درجه حرارت بدن است و غالباً بیوست نیز عارض میشود. برای مداوا و معالجه باید بطیب مراجعه کرد و در صورتیکه ورم تولید شود باید عمل نمود و اگر آپاندیسیت بدون ورم رفع شود پس از بهبودی بهتر آن است که عمل کرده و از ابتلاء مجدد بان آسوده شوند

**قولنج** - کلیك درد شکم سختی است که در اثر بی ترتیبی انقباض

و انقباض عضلات یکی از اعضاء درونی شکم عارض میشود و سه قسم

از آن سم داخل خون و با جریان آب بتمام بدن نقل میشود ولی خود میکرب داخل خون نمیکرد و علت آن تعفن و بوی بدی است که از فضولات و کثافات و فاضل آب برخواسته مجاورین را مستعد ابتلاء بدیفتری میکند و بنا براین عدم نظافت خانه و ریختن آب های کثیف در باغچه و تعفن مبال و چاهک و آب حوض و عدم ازاله خاکروبه و زباله ساکنین آنرا مستعد برای این مرض مید سازد و میکرب آن مستقیماً در نتیجه معاشرت با مبتلا و یا غیر مستقیم بتوسط شیر و ملبوس و کتب و گرد و کربه سرایت باشد خاص سالم مینماید. علائم بدیفتری در دگلو در موقع بلع خوراك و احساس استرخاء و سستی در بدن و بالا رفتن درجه حرارت و تندی نبض و استفراغ است و پس از بروز این علائم در عرض چند ساعت غشاء خاکستری در روی لوزتین یا یکی از آنها ظاهر میشود و برای آنکه گلوی طفل معاینه شود باید دهان را در روشنائی باز و دسته مسواک یا قانقی را روی زبان او گذارد و دست های او را نگاه داشت در اینحال اگر طفل بگوید (اه) گلو کاملاً رویت میشود. در صورت سبک بودن مرض غشاء مزبور وسعت زیادی پیدا نکرده و پس از یک هفته تیکه تیکه دفع و یا بلع شده و حرارت یائین آمده اشتها برگشته و مریض شفا مییابد ولی در حال شدت غشاء مزبور بدماغ و قصب الریه ممتد و آنوقت کمالت مریض سخت و گردن او متورم و ماده از بینی خارج و استفراغ عارض میشود و در صورت خیلی شدید شریانها پاره شده و خون بزیر پوست و یا بگلو و معده میریزد و آنگاه استفراغ و بیحالی عارض و در عرض یک هفته مریض فوت مینماید و شفا از عارضه شدید و گاهی از ملایم آن منتهی بفلج یکی از اعضاء از قبیل قلب و چشم ها و لبها

زنانو ها و آرنج ها ظاهر میشود و در ادرار خورده شن دیده شده و وقتی که سرد شود خلط آجر مانند ته نشین میکند . حمله نقرس ده روز طول میکشد و ممکن است تکرار شود ولی در صورتیکه بمداوا پردازند بیش از چهل و هشت ساعت دوام نمیکند و پس از اسکات حالت مزاجی مریض بهتر از سابق شده و غالباً قبل از حمله آن کمزرا و برنشیت و طیش قلب بروز میکند . در حالت مزمن حمله نقرسی پی در پی عارض میشود و آنوقت مفاصل دائماً بد شکل شده و رنگ پریده و زرد بنظر میآید و سوء هضم تولید و شریان ها ترد میشود گاهی نقرس با سکتته توام است ولی قوای دماغی سالم میماند اشخاصی که از خانواده نقرسی پیدا شده اند بایستی از شرب و خوراك های گوشت دار اجتناب نموده و سبزیجات زیاد بخورند و اوقات خود را در خارج شهر و هوای آزاد صرف نموده و ورزش زیاد کنند . مردمانی که شغل آن ها متضمن مسمومیت از سرب است مستعد ابتلاء بان میشوند . اشخاص نقرسی در عوض نمك باید سودیم کلرید sodium chloride و یا پتاسیم کلرید potassium chloride با طعام بخورند این اشخاص بایستی از خوردن مارچوبه و ریواس و ترشی و غذا های دود داده و شراب سیمب و شری و آب جو احتراز کرده و در صورت تمایل بشرب و بسکی بیاشامند . در حال بروز نقرس باید غذا را منحصر بشیر نموده استراحت کرد و مرهم هائیکه برای نقرس معمول است استعمال نمود . حمام های قلیائی و مالیدن سدیرین و ایدین Iodine و تریاك مفصل ها و مالش آنها مفید و مؤثر است .

**دیفتری** - دیفتری در اثر میکروبی است که وارد گلو و دماغ یا قصب الریه شده و در آنجا غشاء سفید و یا خاکستری تشکیل میدهد که

حلقوم مسدود و بلع ممکن نباشد لوله لاستیکی را باید از مجرای بینی بکلو رسانید و برای آنکه اطمینان حاصل شود که بدنه قصب الریه متصل نیست قبلابایستی در لوله مزبور آب ریخت و سپس شیر یا آروروت و اگر در حین این عملیات سرفه عارض و غشاء دیفتری بصورت ویا چشم پرستار ترشح شود باید فوری صورت را با آب گرم و صابون و چشم را با محلول آسید بوریک شست . پرستار مریض دیفتری باید لباس پنبه آستین دار در بر کرده و پیش بند سفید ببندد و پس از بهبودی اطاق و تمام اشیاء و لوازمات آن ضد عفونی شوند و خود مریض در صورت امکان بکنار دریا مسافرت و چندی در آنجا توقف نماید ولی این مسافرت پس از گذشتن سه هفته از شروع مرض و شفای کامل باید انجام گیرد .

**اکزما** - اکزما ورم جلدی است که از آن مایع رقیقی خارج میشود و این مایع یارچه نخی و باکتهای که روی جلد متورم گذارده میشود شق و آهار دار مینماید و علت واقعی مرض مزبور کشف نشده زیرا در محل اکزما هشتاد نوع میکرب دیده شده و معلوم نیست کدام يك از آنها باعث آن میشود . چیز هائیکه تولید اکزما میکنند سه قسمت میشوند اول مالش پوست و قلیا و کربالیک و کرما و عرق خشك شده و مواد تیز و تندی که بجلد میرسد و صابون و بعضی مواد شیمیائی . دوم - سوم موجوده در خون که بیپوست اثر میکنند مثل - مومی که در مرض نقرس و سوء هضم و خستگی دماغ و اعصاب تولید میشود . سوم وقفه و نقص در جریان خون که در اثر ورید های منبسط و یا استعمال بند جوراب ایجاد میگردد که در هر حال باید علت را جست و درصدد رفع آن برآمد و بطولایه کردن مرهم های معموله پرداخت و آنهائی که تصور میکنند

حجاب القلب میشود. فلج قلب و حجاب القلب خطرناک ولی فلج سایر اعضا موقتی بوده پس از چندی رفع میشود. در فلج سق مشروباتی که از دهان نوشیده میشود از راه بینی بر میگردد و در آنحال بلع لرزانک و مأکولات نرم آسانتر از مایعات خواهد بود و فلج چشم باعث چپ شدن آن و یا باز ماندن طفل از قرائت است. در اطفال خوردن تر از سه سال غشاء دیفتری یا از کلو شروع و بقصب الریه ممتد و یا آنکه در خود قصب الریه تولید میشود و آنگاه طفل ناراحت و صدا خشن گردیده و سرفه های او صدای فلز میکند و این ناخوشی را برخی برنشیت تصور نموده و چون مداوای طفل بتاخیر افتد آنگاه تشنج عارض و طفل برخواسته برای تنفس کوشش میکنند و صورت نیلگون شده چشم مثل آنکه میخواهد از حدقه خارج شود بنظر میرسد تا آنکه هوا داخل ریه شده و طفل فرسوده موقتاً راحت میشود و در صورت تکرار این حالت باید لوله را از قصب الریه طفل گذرانید و این عملی است که باید حتی در باره اطفالی که گمان بهبودی در آنها نمیرود اجری نمود. وقتیکه طفل مظنون بداشتن دیفتری شود باید او را در اطاقی مخصوص و مجزا از سایرین جا داده و تا رسیدن طبیب بر پشت خوابانید و مواظبت کرد حرکت عنیف و شدیدی نکنند چه باعث وقفه عمل قلب میشود و در اماکنی که مریضخانه هست بهتر آنست طفل بانجا برده شود و در صورت نگاهداری در خانه باید سرم ضد دیفتری فوری تزریق نمود مگر آنکه حمله دیفتری خیلی سبک و ملایم باشد. در دوره کسالت خوراک طفل باید همان باشد که برای تب مخملک شرح داده شد و اگر شیر از راه بینی خارج شود باید آن را با اروروت مخلوط کرده بخوراند و با دستور طبیب حلقوم را شستشو دهند و در صورتی که

شخص نیز مختل میشود و سالیسیلات که در تب مفاصل مؤثر است در رماتیسم مزمن بی‌ثمر بوده ولی طلابیه کردن مرهم بلاد نا ولدانم و گذاردن کیسه های گرم مملو از شن و یا نمک بمفاصل مفید است . اخیراً مرسوم شده است که مفصل و یا تمام بدن با استثناء سر را با پارچه که آتش بافت نفوذ نمیکند پیچیده و در جمبه فلزی قرار داده و بوسیله چراغهای الکتریکی حرارت درون جمبه را به ۴۰۰ درجه فرنهایت میرسانند و با این ترتیب درد را ساکت میکنند . رماتیسم مزمن غالباً علاج نمیشود ولی خطر جانی هم ندارند .

**حصبه** - میکرب حصبه در آب نشو و نما کرده و آبهاییکه مجاور و جنب چاه مبال و چاه فضل آب هستند ممکن است دارای آن شوند و چون اینگونه آنها آشامیده شود میکرب داخل معده کشته و سالمأ بمعاء دقاق میرسند و در آنجا خانه کرده زیاد میشوند و در نتیجه روده ها آماس و از محل اورام میکرب داخل خون شده و آنرا مسموم میکنند و آنگاه عرق و ادرار و فضولات شخص دارای میکرب مزبور و بوسیله مکس و کرد و خاک شایع میشود و از اینرو باید مدفوعات مریض حصبه را در چاهی ریخته و آهک و کرولین روی آن بپاشند و چون این مرض در پائیز شایع است در موقع شیوع باید آب جوشیده آشامید و نجاسات و زباله را ازاله نمود و منبع آب را دور از چاه مبال و چاه فضل آب قرار داد . همینقدر که میکرب داخل بدن شد در هفته اول هر شب یکدرجه حرارت بدن زیاد شده و ضمناً بی‌اشتهائی و سردرد و سستی و بی‌ترتیبی عمل مزاج عارض میشود و در هفته دوم حرارت به ۱۰۳ درجه فرنهایت رسیده و بهمین میزان باقی میماند و جوشهای قرمزی در تمام بدن ظاهر

معالجه اكزما بصحت آنها مضر و مایع مترشح كذافات بدن آنها است كه خارج میشود عقیده باطل داشته و راه خطا می پیمایند زیرا معالجه آن خطری برای آنها نداشته و بهیچوجه بصحت آنها مضر نیست در خانمه از و ما تذکر داده میشود كه اشخاص مبتلا با اكزما بایستی از استعمال صابون خود داری كرده و با آب و صابون شستشو نمایند .

**روماتیسم** - روماتیسم با درد مفاصل بعقیده عده در اثر میکربی مخصوص و آن مرضی است غیر مسری كه غالباً جوانان و اطفال بزرگتر از ده سال بالورائه و یا در اثر رطوبت و سرما بان مبتلا میشوند و علائمش تب و عرق كردن زیاد و گلو درد و ورم مفاصل و در اشخاص كوچكتر از بیست سال مرض قلبی است و از اینرو میتوان گفت مرض قلبی اغلب جوانان از روماتیسم میباشد و علاج آن برخلاف عقیده عموم مردم استراحت زیاد است و وقتیكه تب مفاصل عارض میشود باید آن را در اثر ورم قلب دانست و بادوبه مسكنه قلب كه عبارتند از خوراك های يك گرمی سالیسیلات دو سود *Salicylate of soda* و خوراكهای آسپیرین در هر سه ساعت يكمرتبه پرداخت و مفاصل را گرم نگاهداشت و پس از رفع درد هم باید بمعالجه و مدارا ادامه داد زیرا ممكن است عود نماید . در هنگام مرض خوراك مریض باید رقیق و سریع الهضم از قبیل آش و آبگوشت و بعد ماهی و خوراك های گوشت دار باشد و لباس او ماهوت بوده و ملافه رختخواب او پی در پی عوض شود تا عرق زیادی باعث سرما خوردگی نشود . روماتیسم مزمن پس از تب مفاصل عارض و عموماً اشخاص مسن صحیح المزاج بان مبتلا میشوند و در آنحال مفصل ها مخصوصاً زانو ها و شانه ها درد گرفته و سستی و رخاوت در تمام بدن ظاهر و كاهی صحت



سرد غوطه داده و باین طریق جلوگیری از هلاکت او مینمایند یعنی حمام  
فرنگی را جنب تخت خواب او آورده و مملو از آب سرد میکنند و  
مریض را در پتوئی پیچیده در آب فرو برده و بیرون میاورند این عمل  
هر چند باعث لرز شدید میشود ولی هذیان را رفع و تب را تخفیف میدهد  
اگر چه اقوام و اقارب مریض از این شستشو احتراز میکنند ولی بهترین  
طریقه نجات مریض از خطر موت است. مریض حصبه باید پس از بهبودی  
و شفا چندی بتفرج و تفریح پرداخته و سپس بسر خدمت و شغل خود  
عودت نماید. بعضی ها پس از ناخوشی فربه و چاق میشوند ولی آن فربهی  
موقتی بوده و بتدریج از بین میرود. پرستار باید در موقع پرستاری پیش  
بند سفید بسته و قبلا صابون چنگ زده و باینوسیله زیر ناخن ها پر شده  
و جلوگیری از خانه کردن میکرب در زیر آنها بشود و پس از اتمام  
پرستاری میبایستی دستهای خود را با آب گرم و صابون شسته و باندازه  
که صد عدد شمرده شود در محلول پرکلرید در دو هزار مقابل آب نگاهدارد.  
در مدت مرض ادرار و فضولات مریض باید در ظرفی که دارای ماده ضد  
عفونی باشد ریخته شود و یارچه و البسه را قبل از شستن باید در محلول  
کربالیک یک در چهل خیس کنند و اطاق مریض و اثاثیه آن را پس از خاتمه  
مرض ضد عفونی نمایند و باید در نظر داشت که تابهبودی کامل مریض از  
رختخواب و اطاق خود خارج نگردد.

**لسع حشرات** - هرگاه یکی از حشرات شخص را بگززد روی  
موضع باید قدری امونیاک مالید و در صورت عدم آن قلیا نیز ممکن است  
استعمال شود و موضعی را که سبک گرفته است باید نیترات دارژان  
Silver nitrate و یا پتاس محترق مالید و بعد مرحم بر اکس روی آن

و پس از چند روز پڑمرده شده زبان را غشاء مرضی پوشانیده مغز کُشد و مدفوعات زرد و مایعی میگردد و اگر حمله مرض سبک باشد در هفته سوم بهبودی در حال مریض مشاهده شده شفا مییابد ولی در صورت حدت در هفته سوم و چهارم حال مرض بدتر از هفته دوم میشود و آنگاه من من کرده هذیان میگوید و زبان خشک شده و ترك میخورد و ماده در روی دندانهای او جمع میشود که اگر پاك کنند مجددا تشکیل مییابد و آنگاه در اثر ضعف و بیحالی شدیدی مریض فوت مینماید. اورامی که در معاء دقاق تشکیل میشود باعث نازك شدن دیوار آن میگردد و اگر پاره شود فوت را باید پیش بینی نمود و لذا هر که حرارت بدن مریض یکمرتبه کم یا خون از او دفع شود میبایستی بلادرنگ طبیب را احضار نمود و مریض را تا ورود او بدون حرکت نگاهداشت و برای دفع فضولات پارچه زیر ماتحت گذارده و بی دربی او را عوض نمود و کیسه لاستیکی پر از یخ را روی شکم او قرار داد و چون معده مریض حصه در اثر وجود اورام مزبور نارك و در واقع حال کاغذ را پیدا میکند بدون تجویز طبیب هیچوجه نباید مسهل باو بخوراند ولی اماله کردن او بی ضرر است و از آنجائیکه این ورم هاپس از ده روز از رفع مرض و طبیعی شدن حرارت بدن خوب نمیشود لذا از تاریخ شروع تا آنوقت غذای مریض باید رقیق و مایعی باشد و اگرچه در ده روز بعد از بهبودی حرص و ولع زیادی در مریض برای خوردن غذا های جامد و سخت پیدا میشود ولی در اطاق و دسترس او نباید اینگونه مأكولات قرار داده شود و هر کسی که در مقابل الحاح و تمنای او مأكولات جامد دهد دشمنی کرده و جانش را در معرض فنا قرار میدهد. در حال شدت مریض حصه را باید در آب

خمیر آرد الك شده استعمال نمایند ولی در هر حال باید مراجعه بطیب نمود و در صورتیکه سوختگی جزئی باشد باید عضو سوخته را در آب سرد غوطه داد و بعد خمیر و یاروغن خوردن روی پارچه طلایه نمود و عضو سوخته را بست و تا ولها را با سوزن سوراخ نمود. گاهی اطفال آب و یا شیری که در حال جوشیدن است نوشیده و دهان آنها سوخته و تا ول میکنند و گاهی گلو نیز ورم کرده و مانع تنفس میشود در این موارد هیچ اقدامی بجز احضار طبیب نباید کرد و تا رسیدن او باید طفل را در پتوئی پیچیده نزدیک آتش نگاهداشت.

**سرمازدگی - فلج شدن رگهای عضوی از اعضاء را در اثر سرما**  
سرمازدگی مینامند و اعضائی که مستعد ابتلاء بآن هستند انگشت های دست و پا و گوشها و بینی میباشد و اشخاصیکه جریان خون آنها بطئی و کند است زودتر از سایر مردم مبتلا میشوند. در مرحله اول سرمازدگی عضو مربوطه سفید و سرد میشود و در مرحله دوم گرم و پر خون و قرمز شده میخورد. اگر عضو سرما زده دستها و پاها باشد باید دستکش کشاد پشمی بدست و پونین فراخ بپا کرد و کلدین با آنها مالید یا نشاسته پاشیده آنرا بست و ضمناً بورزش پرداخت و عضو سرما زده را خشک و نظیف نگاهداشت و در صورت ترك خوردن مرهم را کس بروی ترکها طلایه نمود

**وبا - وبا و باکتریا مرض مسری است که میکروب آن در آب نشوونما کرده و بر سیله آن شایع میشود و علائم مرض مزبور اسهال شدید وضعف است که غالباً بمرک منتهی میشود. در موقع شیوع باید آب جوشیده نوشید و میوه را در آب جوش فرو برده و بعد صرف نمود و بشرب دوسه کیلاس کنیادک در روز پرداخت. این مرض در پائیز شایع میشود**

طلایه کرده و آن را بست .

**ضغطه** - ضربت وارده بشکم تولیدالم و درد شدید و تشنجه می کنند و در آن حال باید استراحت نموده خود را گرم نگاهداشت و کمی کنیاك و چای و قهوه صرف نمود . ضغطه بسر کاهی باعث شکافتن آن میشود و آنگاه بیهوشی عارض و در صورتیکه متعاقباً جنبشی در شخص مشاهده نشود دست می دهد والا استفراغ کرده شروع بنالش میکند و بتدریج بیهوش میاید ولی در مدت چند روز کج خلق بوده و برای چند ماه حواسش پرت خواهد بود . در صورت وقوع ضغطه بسر باید شخص را فوری خوابانیده و بتدریج تهییج نمایند و غذا را منحصر بشیر کرده و مانع از حرکت او تا چند روز شوند و پس از بهبودی باید او را بتفرج و گردش وادارند .

**سوختگی** - در سوختگی آنقدر که وسعت و سطح آن اهمیت دارد عمق و گودی آن ندارد و در صورتیکه کمتر از ثلث جلد سوخته و فاسد شده باشد امید بهبودی و نجات میرود . خطر سوختن اول صدمه خوردن سلسله اعصاب و بعد مسموم شدن خون و تولید ذات الریه باضعف ویدجالی و یابد شکلی جلد است که در اثر جمع و منقبض شدن زخم ها پیدا میشود . طفلی که در آتش افتاده و سوخته باید بدون بیرون آوردن لباسش در یتوئی پیچید و خوابانید و بطلیهای آب گرم در ماهوت پیچید و بیه باها و پهلوها گذارد و در صورتیکه دو سال کمتر داشته باشد بکقاشق چای خوری کنیاك در دو قاشق آب گرم باو نوشانید و برای هر سال اضافی نیم قاشق افزود ولی در عمر حال از سه قاشق نباید تجاوز کرد . جاهای سوخته و بیرون از لباس را باید با چلواری آهار که روی آن وازلین و باروغن زیتون - طلایه شده باشد پوشانید و در صورت عدم روغن زیتون و وازلین میتواند

صورتیکه ناگزیر از خوردن نان معمولی باشند بایستی خیلی برشته کرده و در عوض قند ساکارین و گلسیرین صرف نمایند.

**گنگی** - لال بودن در نتیجه وجود کری است و در صورتیکه از تاریخ ولادت شروع نشود قبل از شروع طفل بصحبت کردن عارض میشود.

**ذات الریه** - ذات الریه دارای میکربی مخصوص است و برتین کسانیکه قوه دفاعیه شان بواسطه شرب الکل یا سرما خوردگی و یا تب حصیه و یا علل دیگر کم و کاسته شده حمله نموده و آنها را مبتلا میکند. در موقع حمله مرض مزبور رتین ورم کرده و منظور طبیعت از این ورم حبس شدن میکرب در رتین و عدم نفوذ آن بسایر اعضاء است ولی با اینحال گاهی سرایت کرده و ورم غشاء جنب و غشاء مغزو مفاصل و امثال آن ظاهر میشود. ریه حیوانات پست توانائی حبس و نگاهداری میکرب ذات الریه را ندارد بنا براین همینقدر که مبتلا شدند خون مسموم شده میمیرند. علائم ذات الریه در انسان لرز و متعاقب آن زباد شدن حرارت بدن و سرفه دردناک و برا فرو ختمگی صورت و نفسهای تند و نبض سریع است ولی آنقدر که نفس سریع میشود نبض تند نمیشود و بهمین منوال تا روز پنجم و یا هفتم و یا نهم حال مریض باقی مانده و در یکی از این سه روز که ایام بحران است تب خانمه پیدا کرده و مریض عرق میکند و اشکال تنفس متعاقباً مرتفع میشود مرك از ذات الریه در اثر ضعف و بیجالی است که روز قبل از بحران رخ میدهد. در اواخر ایام کسالت اخلاط زرد در نك دفع و بیخوابی و هذیان در دوره کسالت عارض میشود. مریض ذات الریه باید در رختخواب استراحت کرده و غذاهای رقیق هر دو ساعت یکمرتبه بخورد و در صورت تشنه شدن لیموناد و آب بنوشد و باید هوای اتاق او را پی در پی

وتلفات آن زیاد است.

**اغماء** - اغماء حالت بیهوشی و بهت شدید است که شخص بیهوش نیامده هوشیار نمیشود و آنگاه نفس کند و نبض بطئی و بزودی محسوس میشود و از این جهت باضعف اختلاف دارد زیرا در حال ضعف نبض باشکال محسوس میشود. علل اغماء اول صدمه خوردن مغز و دوم مسموم شدن آنست. صدمه خوردن مغز در اثر شکستن جمجمه یا پاره شدن رگ در مغز یعنی سکنه است و مسموم شدن مغز در اثر خوردن سم و تزریق آن بزیر پوست میباشد. تریاک و اسید کربالیک و افراط در شرب و وجود مرض دولاب ممکن است باعث اغماء شود و در هر حال باید مراجعه بطیب نمود و تا رسیدن او سر و شانه های مریض را بلند نگاهداشت و مہیجی نداد و در صورت لزوم بتنفس مصنوعی پرداخت.

**دولاب** - در مرض دولاب قند بمصرف خود در بدن نرسیده و در خون جمع و با ادرار دفع میشود و کثرت کار و افراط در شرب و استعمال تریاک و عدم ورزش علل مهمه آنست ولی در برخی ارفی و در بعضی در اثر وجود ناخوشی لوزالمعده است و علائم آن تشنگی و ادرار زیاد و حرص برای غذا و لاغری یا فری بی است و بعضی اوقات باسل سینه نیز توأم است. ابتلاء اطفال باین مرض غالباً باعث هلاکت آنها میشود ولی در سن کمال چندین سال طول میکشد و در صورتیکه بواسطه پر خوری باشد بزودی دفع میشود. برای شفا و خلاصی یافتن از این مرض باید در خوردن گوشت و قند امساک نموده و از خوردن نخود و لوبیا و جگر سیاه و حیوانات صدف دار و کلیه نباتات تحت الارضی از هر قبیل و آبگوشت نشاسته دار احتراز نمایند و نشاسته آرد را گرفته و از مابقی نان ترتیب دهند و در

سوا شده و درد ساکت میشود ولی ربه در فشار واقع شده و تنگی نفس زیاد میشود و مایع مزبور اگر ماده نباشد در عرض چهارده روز جذب و دفع شده و در صورتیکه مقدار آن زیاد و باعث حرکت قلب از جای خود شود باید بوسیله طبیب اخراج شود و در صورت ماده و چرك بودن باید عمل کرد زیرا ممکن است بخودی خود دفع نشده و خون را مسموم کند. مریض ذات‌الجنب باید استراحت کرده و غذایش رقیق باشد. گاهی لازم میشود ضماد های گرم و یا چیزهای سرد بسینه مریض بگذارند و برای این مقصود ضماد بزرگ و خمیر صابون و کیسهٔ یخ مناسب است و در صورتیکه مایع متشکله زیاد باشد حرکات ناگهانی خطرناک و در هر حال تا عدم آن توسط طبیب اثبات نشود باید موجود تصور نمود. موت از این مرض ناگهانی در مواقعیکه مبتلایان برای ادرار کردن حرکت نموده اند رخ داده است.

**گلو درد** - وقتیکه گلو درد عارض میشود باید آنرا مقدمه بعضی از تبها دانست و چنانچه در تحت عنوان دیفتری قید شده در روشنائی گلو معاینه شده و در صورتیکه غشاء سفید و یا خاکتسری در دهان و باروی لوزین و یا در حلقوم مشاهده شود باید بطیب مراجعه نمود و در صورت عدم غشاء مزبور مراجعه بطیب ازومی ندارد و باید تأمل کرد و روز بعد سینه و مفاصل طفل را معاینه نمود زیرا گلو درد ممکن است مقدمه تب غمّلك یا مفاصل باشد و در خلال این احوال خوراك باید رقیق و سریع الهضم یعنی شیر و آب جو و تخم مرغ و حریره و لرزانك و یخ در بهشت باشد و شب ملینی خورده و مشروبات مسكنه بیداشامد. در اکابر گلو درد بواسطه خرابی دندان یا لثه های مصنوعی خارج از اندازه است.

عوض کرده و از گذاشتن ضماد و کیسه یخ بسینه او خود داری کنند مگر آنکه درد شدید باشد زیرا سنگینی این چیزها بیشتر فشار بریه آورده و تنفس را مشکل میکند و اینکه عوام تصور میکنند که ورم را بوسیله گذاشتن ضماد و غیره میتوان خارج ساخت خیالی پوچ و باطل است. در صورتیکه نبض بی ترتیب و نفس تند و کند شود یکقاشق آتش خوری کنیاك هر یک ساعت یا دو ساعت و یا سه ساعت یکمرتبه بنا بچگونگی موقع و حال مریض باید نوشانید بعلاوه سایر مہیجات قلب نیز ممکن است داده شود و در صورتیکه در محل طبیب باشد از بدو مرض الی اتمهای آن میبایستی بدستور او عمل نمایند. شفای از ذات الریه در صورتیکه مبتلا سنش کمتر از سی باشد بسیار محتمل است و هرچه سن زیادتر باشد احتمال شفا و بهبودی کمتر میباشد و اشخاصیکه یکمرتبه بان مبتلا شده اند بندرت دیگر دچار آن میشوند.

**ذات الجنب** - ذات الجنب یعنی ورم پرده جنب و بدو قسم ظاهر میشود اول مرطوب و دوم خشك. در قسم اول مایع از پرده قلب ترشح کرده و بین دیوار سینه و ریه جمع شده و آنکه ریه در فشار واقع میشود و آن بامایعی است رقیق و باماده است و اگر ماده و چرك باشد دلیل بر وجود تب ذات الریه و یا تب دیگری است و علت اقسام دیگر سل و سرما خوردگی و یا تب مفصل است و باید دانست که ابتلاء بذات الجنب غالباً بواسطه وجود سل سینه و یا مقدمه و یا مستعد بودن برای ابتلاء بانست لذا اگر در موقع خود معالجه نمایند از ابتلاء بان مصون و محفوظ میمانند. علامت ذات الجنب ناکهانی عارض میشود و آنها عبارتند از درد گرفتن پهلو در هر نفس و زیاد شدن حرارت بدن و سرفه و در صورت جمع شدن مایع در سینه قسمت های متورم پرده جنب از دیوار سینه



و علائم تب مزبور بیهوشی خفیف و سنگین است و غالباً دوار و گیجی و تهوع قبلاً عارض میشود و در آنحال برعکس ضعف از گرما که رنگ میبرد صورت برافروخته شده و حرارت بدن به ۱۱۰ درجه فر نهایت میرسد و آنکاه مرگ ناگهانی واقع میشود و اگر شخص بیهوش آید پس از بهبودی تاچندی حافظه اش مختل و در آتیه حتی از آفتاب تابستان هم زیاد متأثر میشود. در تب گرما تکمه های لباس را باید باز نموده و رفته آب سرد بتمام بدن انداخت و یخ ببدن مالید و یک کیسه لاستیکی را هم باید از یخ پر نموده بروی پیشانی گذارد.

**استفراغ** - تهوع مثل بلع عمل عضله بوده و توسط سلسله اعصاب اداره میشود و مرکز آن در ابتداء نخاع است. استفراغ تحت اراده خود شخص نیست بلکه در اثر تاثرات وارده بمرکز تهوع است. برخی چیزها مستقیماً بمرکز تهوع تأثیر میکنند از قبیل بعضی امراض و جریان خون کثیف بمغز که در نتیجه تب و یا استعمال سموم حاصل میشود و برخی غیر مستقیم بمرکز تهوع صدمه میزنند یعنی از اعضاء دیگر بآن سرایت میکنند مثل بریشانی حواس که در اثر منظره و صداها و بوهای نامطبوع یا وجع و درد شدید پیدا میشود و یا صدمه خوردن عصب حلقوم و یا معده و یا سایر احشاء و امعاء مثل خاریدن گلو یا سرفه طولانی یا سم و یا غذای غیر قابل هضم یا فشار معده بواسطه کمربند تنگ و یا ورم معده و یا بیبوست یا آبان دیسیت و یا وجود کرم و امثال آنست و با استقرار استفراغ علائمی است که علل آن ممکن است خیلی مهم و یا بی اهمیت باشد. استفراغ اگر نتیجه سوء هضم و یا خوردن سموم باشد دواى طبیعى راى آنها بوده و با بنوسیده دفع میشوند. استفراغ با زیاد شدن حرارت بدن

که در آنحال لوزتین ورم کرده و با تاولی در روی آنها تولید میشود و در آن وقت زبان باردار و بلع مشکل و حرارت بدن به ۱۰۲ درجه فر نهایت میرسد و سر و سایر اعضاء بدن درد میگیرد و اگر تاول در لوزتین ظاهر شود هر چند که خودش بالطبع خوب میشود ولی بهتر سوراخ کردن یا سوزن زدن آن است طفل مبتلا بکلو در درایب باید از سایر اطفال مجزا نموده و غذای رقیق سریع الهضم داد. در کلو درد یا باید حلقوم را با کلمات دیپتاس *Cholorate of potash* شستشو و غرغره کرد و شال کردن استعمال نمود و دندان مصنوعی را در دوره ناخوشی استعمال ننمود و ادویه گمه که دارخورد. کلو درد دائمی بواسطه تغنی زیاد و یا سوء هضم و افراط در شرب و تدخین و بازخم بودن یعنی است که باید در هر حال علت را فهمید و در صدد رفع آن برآمد و کلورا با مرهم های معموله چرب نمود برای شستشوی لوزتین باید یک قاشق چای خوری از مخلوط ذیل در یک استیکان آب ریخته و روزی سه مرتبه غرغره نمود: بیکربنات سدود (جوش شیرین) ۱۵ گرم کلمات دیپتاس ۱۵ گرم براکس ۱۵ گرم شکر سفید ۲۹ گرم

**آفتاب خوردگی** - آفتاب خوردگی بضعف از کرما و تب کرما اطلاق میشود. ضعف از کرما در نتیجه کرما خوردگی و مجاور بودن با کرماست از هر قسم که باشد و آثار آن پریدن رنگ و عرق و نبض ضعیف و تنفس شدید و حرارت غیر طبیعی بدنست و هر چند رفع میشود ولی گاهی هم منجر بموت شده و وقوع آن در نتیجه متوقف شدن عمل قلب و یا قصور آنست. برای شخص کرما خورده بهترین دوا هوای آزاد و تازه و صرف مہیجات میباشد تب کرما اثر ماندن زیر شعاع کرم آفتاب است و خستگی و لباس تنگ و شرب الکل شخص را مستعد برای ابتلاء بآن میکنند

بعلت دماغی و عصبی است و از اینرو در ایام قدیم برای رفع آنها متوسل  
بدعا و جادو میشدند زگیل فقط در جلد ظاهر نمیشود بلکه در کلو  
و در مثانه نیز بروز میکند و در صورت منحصر بفرد بودن بادوام و طولانی  
شده و گاهی مرکز بروز سرطان میشود. اگر زگیل فراوان و در غیر  
صورت ظاهر شود باید بوسیله دواي محرق و سوزاننده آنها را بر طرف  
نمود و برای این مقصود باید پوست اطراف زگیل ها را بوسیله طلایه و ازلین  
از دواي محرق که برای رفع زگیل ها استعمال میشود محفوظ داشت و آنگاه  
اسید استیک یعنی بانوک چوب کبریت بروی زگیل ها مالید و چون جای  
زگیل ها زخم میشود میبایستی در آن حال مرهم برا کس را روی  
کسانی طلایه کرده و بروی زخم ها گذارد و بجای اسید استیک ممکن است  
محلول اسید سالیسیلیک در کلدین و یا پطاس محرق مالید ولی در هر  
حال باید معالجه و مداوا را تمام کرد زیرا تا تمام گذاردن آن باعث بزرگ  
شدن زگیل ها میشود و چون زگیل در صورت ظاهر شود باید بطیب  
مراجعه نمود زیرا سوء استعمال ادویه فوق الذکر باعث زخم شدن  
صورت میگردد.

**عقربک** - عقربک یا درد ناخن ورم انگشت و بائست و جمع شدن  
چرک و ماده در آنها است و در صورتیکه مداوا و معالجه نشود ماده بدست  
و میچ دست ریخته باعث درد و از کار باز ماندن دست میشود لذا همینقدر  
که ماده در انگشت جمع شد بایستی بطیب مراجعه و چرک آنرا خارج  
نمود و تا موقعیکه تاول انگشت سرباز نکرده است ضماد بزرگ روی تاول  
انداخته و قدری پشم روی آن گذارده و بست و ضماد را پی در پی بعضی  
همینقدر که سرد شد عوض نمود و در موقع حرکت دست متالم را در پارچه

مقدمه یکی از نبهات و در صورتیکه بایبوست توأم باشد دلالت بر وجود سده در امعاء میکند و در هر دو حال مراجعه بطیبب لازم است در دوره رضاع استفراغ در نتیجه شیر دادن زیاد و یا شیر سنگین بطفل است و در صباوت و بچگی بر خوری و ضغطه و ضربت پشت سر و علاج آن استراحت و نوشیدن آب سرد است در این حال يك خوراك پودر کری Grey powder و یا مخلوط ۶۵ میلیگرم کرد ریواس و ۱۳۰ میلیگرم جوش شیرین و ۱۹۵ میلیگرم زنجبیل سائیده باید داده شود و در صورتیکه طفل بزرگ باشد ادویه مزبور را باید سه یا چهار مقابل نمود و اگر آثار دیگری در طفل مشاهده شود آنکاه مراجعه بطیبب باید کرد. استفراغ اکابر مثل استفراغ اطفال ساده نیست و بایستی با اهمیت تلقی شود استفراغ پی در پی دلالت بر وجود کرم میکند و اگر سرد دردهم با آن توأم باشد ممکن است در اثر خرابی و عیب چشم باشد لذا باید بکمالی مراجعه و بدستور او در صورت لزوم عينك استعمال نمود. در صورتیکه دسترسی بطیبب نباشد در موقع عارض شدن استفراغ باید بوسیله مراعات نکات و خوردن ادویه ذیل از آن جلوگیری نمود: جرعه جرعه آشامیدن آب گرم و نوشیدن شامپی و با آب گاز داری که یخ در آن انداخته شده باشد و نوشیدن یکقطره شربت ایسکا که با يك قاشق آب گرم مخلوط شده باشد در هر نیم ساعت یکمرتبه و تا مدتیکه حالت تهوع عارض میشود و خوردن قرص بیسموت از يك الي ششدهانه در هر سه ساعت.

**زگیل** - زگیل برآمدگی جلد است که علت واقعی آن معلوم نیست و در هر سنی بروز میکند منتهی در جوانی متعدد و نوکدار و در پیری و سن کمال پهن و معدود است و در صورت کثرت و وفور یکمرتبه ظاهر و بعد یکمرتبه ناپدید و دفع میشوند مثل آنکه بروز و دفع آن ها منوط

نگاهداشتن سر و باکار کردن زیر چراغهای گازی است و چون معالجه و مداوا نشود منتج و منتهی برینخن موها وتاس شدن سر میشود و طریق معالجه و رفع آن شستشوی شانه و شستن سر با آب و صابون بطور یومیه و بعد تدهین آن با محلول ۶۵ میلیگرم در ۲۹ گرم الکل است و چون این محلول سم است لذا باید آنرا در بطلی مخصوص ریخته و در محلی محفوظ نگاهداشت.

**حلقه محکم شده** - بعضی اوقات انگشتی در انگشت مانده و خارج نمیشود در این حال باید دست را بنالای سر نگاهداشته و بشدت حرکت داد و پس از آن حرکت باید بانخ یا حلقه تنگی از سر ناخن به انگشت کرده و تا پهلوی انگشتی گذرانید یعنی انگشت را نهی از خون و بعدا انگشتی را در انگشت پیچیده و باین منوال متدرجا خارج نمود و در صورتیکه این اقدام منتج به نتیجه نکردد باید متوسل بسوهان شد.

**سرطان** - سرطان برآمدگی در بدنست که پس از چندی بواسطه نرسیدن خون کافی بآن کدر شده و پوست آن ترکیده زخم کشیف و موزی را تشکیل میدهد و گاهی ایجاد مثل در یکی از اعضاء دور از خود مینماید. علت حقیقی پیدا شدن این زخم کاملاً مکشوف نشده و در جامعه ها رو باز دیاد است و بواسطه درد سخت خود شخص را تحیف و قوا را تحلیل میبرد. در ابتلاء بسرطان وراثت و سن دخالت دارد. یکنوع سرطان فقط خیلی پیرو با خیلی جوان را مبتلا میسازد و نوع دیگر آن بندرت در اشخاص کوچکتر از سی سال بروز کرده و غالباً در سن چهل الی شصت عارض میشود و چنانکه بامتحان رسیده غالب حیوانات کامل الاعضاء مبتلا بآن میشوند و بیشتر در اماکن و نواحی جنگل دار و کنار سواحل رود خانه هائیکه

سفیدی بسته و بشانه طرف دیگر انداخت و در دوره ابتلاء غذای سریع الهضم مقوی تناول و از بیوست مزاج جلوگیری نمود.

**طاعون** در اثر میکروبی است که توسط کیاناساتونام ژاپونی در سنه ۱۸۹۴ میلادی کشف شده و مرضی است که در نتیجه معاشرت با مبتلایان و ملبوس و سایر اشیاء آنها بد دیگران سرایت میکند و موشها بخصوص در اشاعه آن دخالت تام دارند. این مرض بواسطه عدم مراعات نکات صحی و عدم مایتهل محل صحیح در جامعه ها شایع میشود و فصل بروز آن بهار است ولی نژاد اصغر و اسود استعداد شایع برای ابتلاء بان بیش از نژاد ابيض است و از قرون وسطی الی کنون در اروپا دیده نشده است. علائم ابتلاء بطاعون تب و سردرد و کمر درد و هذیان است و بعد از دو یا سه روز غده های کشهای ران و زیر بغل ورم کرده بزرگ میشود. در حال شدت بعد از دوسه ساعت از تاریخی بروز موت دست میدهد و در صورت سبک بودن حمله آن کسالت و رخاوت در بدن احساس و غده های کشهای ران قدری بزرگ میشود. در اماکنی که مرض شایع است صحیه و طبیب های محلی مردم را با سرم ضد طاعون تزریق میکنند و جلوگیری های لازمه را در اشاعه آن مبذول میدارند.

**پوسه پوسه سر** - شوره سر عبارت از تشکیل پوست سفید و چرب

است که ترکیب از جلد مرده و ترشحات غده های مو است و بیشتر در سر اطفال تشکیل مییابد که برای معالجه و رفع آن باید روغن زیتون بموضع مالید و پوسه ها را متعاقباً با پارچه پشمی دفع و بجای آنها مرهم زنک zinc ointment مالید و بعد از آن سر را برهنه نگاهداشت و پوشش خفیفی استعمال نمود. در سن بلوغ شوره سر بواسطه سوء هضم و گرم

مثل ترس دوم صدمه خوردن پوست یاغشاء مخاطی از قبیل سرماخوردن و یا ریختن ادرار چنانچه معمول بعضی اشخاص صحیح المزاج است که پس از تمام شدن ادرار لرز کوتاه و مختصری بانها عارض میشود سوم وجود سموم در خون از قبیل جمع شدن چرک و ماده در اعضاء درونی و یا لرزی که در ابتداء ابتلاء بیرخی امراض بادر حین ابتلاء عارض میشود از قبیل مالاریا و ذات الریه . مدت لرز از چند دقیقه تا چند ساعت است و غالباً پس از آن مریض عرق کرده و صورتش کلکون میشود . در حال لرز حرارت بدن زیاد میشود در صورتیکه مریض احساس سرما در خود میکند و در حال عرق کردن حرارت کم میشود در صورتیکه مریض احساس گرما مینماید . در حال لرز باید پیروی کلفت بروی مریض انداخته و مشروبات گرم و در حین عرق کردن مشروبات سرد باو دهند و پس از آن برفع علت پردازند ولی باید دانست که در حال لرز بهیچوجه مرک و موت عارض نمیشود

**یرقان** - مسدود شدن دهانه مجرای زرداب و یا یکی از رشته های آن باعث حبس شدن زرداب و عدم جریان آن از جگر سیاه میشود که در نتیجه زرداب داخل خون شده با ادرار و عرق و آب دهان دفع و گاهی بزیر پوست ریخته و آنرا زرد ولکه دار مینماید . دربدو عارضه یرقان سفیدی چشمها زرد ولی بدرون چشم ندرتاً نفوذ میکنند و اگر هم بنماید پس از گذشتن مدتی خواهد بود . صرف نظر از بعضی عارضه های یرقان این مرض غالباً پس از ولادت در طفل ظاهر و بدون دوا پس از گذشتن چند روزی رفع میشود و اگر در دوره جوانی عارض شود بواسطه سوء هضم است که در نتیجه ورم تولید و دهانه مجرای زرداب مسدود میگردد . در سن

طغیان میکنند از قبیل نمس شیوع دارد و بسا دیده شده است مستأجرین خانه و یا مسافری کاروانسرائی همگی مرض مزبور را گرفته اند و گاهی مالش بی در پی زخم سرطان بغض دیگر باعث پیدا شدن زخم در آن عضو شده است و از اینرو برخی آنرا مسری دانسته اند و چون هر عضوی که مورد مالش و صدمه و فشار است مثل فشار دندان شکسته بزبان و با فشار پشت کفش بشکم کفش دوز دچار این مرض میشود از اینرو بتولید شدن آن از میکربی مخصوص مظنون شده و در نتیجه مشاهدات میکروسکپی ذراتی هم در محل زخم آن دیده اند ولی اطمینان کاملی بتولید شدن سرطان از آن ذرات نیست و برخی تصور کرده اند که تولید آن از نسجی است که از ولادت در بدن بوده منتهی بواسطه فشار و صدمه خوردن نمو غیر طبیعی یافته بزرگ میشود. علائم ظهور سرطان باختلاف اعضاء فرق میکند سرطان نسوان در سینه و در رحم بروز میکند و سرطان رجال در روی زبان و معده و امعاء و زیر پوست ظاهر میشود ولذا وجود زگیل در زبان و یا برآمدگی زیر پوست در سنین عمر بایستی مورد توجه واقع شده و بطیب مراجعه نمود چه اگر امتحانات و تجارب آنها را بی صدمه نشان دهد ممکن است سرطان بوده و در آتیه شخص را دچار مخاطره و زحمت کند زیرا سرطان اگر زود شناخته و در بدو بروز توسط جراح عمل شود از خطر و زحمت آتیه میتوان مصون و محفوظ ماند. در معالجه سرطان تزریق سرمهای مختلفه و رادیوم و همچنین طلایه کردن ادویه و مرهمهای محرق بی نتیجه واقع شده است.

گرز - لرز بواسطه صدمه خوردن سلسله اعصاب است و علل آن مهم و یا بی اهمیت بوده بسه طبقه تقسیم میشود: اول علت دماغی



و معلوم میشود که سردرد و استفراغ عارض و بلك چشمها پف آلود و شریانها سخت و نرد شده و گاهی سکنه رخ میدهد. مبتلایان بورم کلیه مزمن میبایستی فقط در روز یکمرتبه گوشت خورده و از شرب اجتناب کرده بطور بومیه استحمام نمایند و کاری کنند که عرق زیاد نمایند و باین وسیله انجام کار کلیه را بجلد و امعاء محول نمایند و برای این مقصود میبایستی پیراهن ماهوتی بتن کرده و بخوردن ایسم سالت ادامه دهند و گاهی بلك خوراك ككمل بخورند و در اماكن معتدل و بك هوا بسر برند

**دیسانتري** - دیسانتري نام عده از امراض است که بچگونگی آنها کاملاً پی برده نشده و در موقع بروز معاء غلاط متورم و مجروح شده اسهال عارض میگردد و مدفوعات دارای خون و لای بوده پیچش و درد شکم سخت روی میدهد. بعضی اقسام دیسانتري مخصوص بمناطق حاره است و برخی در اماكن بر جمعیت که مراعات حفظ الصحه نمیشود شایع میباشند. بعضی از اقسام دیسانتري بوسیله میکرب مخصوص عارض شده بود در رفع آن خوردن ایسم سالت مفید و مؤثر است.

**انتهی**



کمال و در زنهاییکه بواسطه فربهی و سمن زیاد در زحمت اند برقان در اثر وجود سنك مثانه و در كهولت و پیری در صورتیکه با تحلیل قوا و استسقاء همراه باشد در نتیجه وجود سرطان درلوزالمعده است. اثر مختن زرداب بخون زیاد نیست و فقط خارش جلد تولید کرده احساسات را کند میکند و در صورتیکه در جوانی عارض شود باید خوراك سبك و سریع - الهضم و يك دوره ملكينات تناول کرده از سرما خوردگی خود را محفوظ و دماغ را راحت نگاهدارند. دوره برقان دوالی شش هفته است و در صورتی که بواسطه وجود سنك مثانه عارض شده باشد باید عمل کرده و سنك مزبور را خارج و در صورت خاریدن جلد با يك قاشق جوش شیرین و با کرلین که در ده سیر آب مخلوط شده باشد پوست بدن را شستشو نمایند.

**ورم کلیه** - مرض برایت یا ورم کلیه اطلاق باقسام اورام کلیه ها میشود و ورم کلیه یا حاد است و یا مزمن. علل حاد آن سرما خوردگی و الکلی یا سمومی است که در اثر تب ها و مخصوصا تب مخمك تولید میشود و علائم آن استسقاء و ادرار کم و خون دار و استفراغ و زیاد شدن حرارت بدنست. در حال بروز آن مریض بایستی استراحت کرده و آب زیاد بنوشد و لباس ماهوت بتن کرده ضماد بزیر شکم بیندازد و باید رختخواب او بدون ملافه بوده بخوردن ایسم سالت Epsom salt مداومت دهد و غذایش شیر و نان و کره باشد. ورم کلیه مزمن در تعقیب شکل حاد آن عارض ولی غالبا در سن کمال ناکهانی و بدون علت معلومی ظاهر میشود و عموما اشخاص نقرسی و با آنهائیکه مستعد برای نقرس اند بان مبتلا میشوند و علائم آن البومین داشتن ادرار در عرض چند سال است که خود شخص از آن بیخبر بوده و وقتی کشف



فهرست مندرجات

نفره صفحه	شرح	نفره صفحه	شرح
۴	نوالد و تناسل در نباتات و حیوانات	۳۳	زناشوئی و توالد در دوره تأهل
۵	ازروم ازدواج در نوع بشر	۳۵	خوب صورتی اولاد
۸	سن مقتضی ازدواج	۳۷	جنسیت ثمره القاح
۱۰	ازدواج بی تناسب و مضار آن	۴۱	عنن مردان و عقم زنان
۱۲	وصلت با اقارب و مضار آن	۴۴	حمل یا آبستنی زنان
۱۴	ازدواج قبل از وقت و مضار آن	۴۶	جلوگیری از حمل
۱۵	نکات قابل توجه در مزاجت	۴۷	حیض با طمئ
۱۹	وظائف حکومت در امر ازدواج	۴۹	آثار و مدت حمل
۲۱	وظائف زن در جامعه	۵۰	حفظ الصحة در دوره حمل
۲۲	اعضاء تناسلیه مرد	۵۱	وضع حمل
۲۴	اعضاء تناسلیه زن	۵۴	دوره رضاع و بعد آن
۲۶	شهوت در رجال	۶۱	تربیت خانوادگی
۲۸	شهوت در نسوان	۶۹	نصایح صحی و اقتصادی
۳۰	منبهات و مخدرات	۷۹- ۱۱۸	شرح بعضی امراض و طریق معالجه آن
۳۱	نکات قابل توجه در مقاربت		